

**PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI
PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1
BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH**



Oleh

EKO WAHYUDI

NPM : 1341040094

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2017 M**

**PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI
PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1
BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi

Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1

Dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Pembimbing I : Dr. Fitri Yanti, MA

Pembimbing II : Dr. Sri Ilham Nasution, M.Pd

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2017 M**

ABSTRAK

PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1 BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH

**OLEH
EKO WAHYUDI**

Program bimbingan dan konseling merupakan suatu program yang dibuat dalam mereduksi perilaku merokok siswa yang memiliki latar belakang siswa merokok di area sekolah maupun lingkungan sekolah. Proses pemberian program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dengan latar belakang adanya siswa yang merokok menjadi hal utama yang perlu diperhatikan agar siswa terhindar dari bahaya-bahaya yang disebabkan karena merokok.

Jenis penelitian ini adalah kualitatif melalui sifat deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode pengamatan (observasi), interview/wawancara dan dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dilakukan melalui dua tahapan yaitu tahap pra pelaksanaan dan tahap pelaksanaan. Tahap pra pelaksanaan yaitu guru BK telah menentukan tujuan dan manfaat dilaksanakannya program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa serta telah menyusun strategi-strategi yang digunakan dalam proses bimbingan dan konseling. Pada tahap pelaksanaan materi yang disampaikan oleh guru BK yaitu tentang merokok. Materi tersebut dilakukan dengan metode diskusi dan tanya jawab serta metode konseling kelompok.

Kesimpulannya adalah pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Kata Kunci : Bimbingan, Konseling, Perilaku Merokok



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukaramé 1 Bandar Lampung (0721) 704030

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM
MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI
SEKOLAH SMA NEGERI 1 BANGUNREJO LAMPUNG
TENGAH**

Nama : Eko Wahyudi
NPM : 1341040094
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

**Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas
Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung**

Bandar Lampung, 26 September 2017

Pembimbing I

Dr. Fitri Yanti, MA

NIP.197510052005012003

Pembimbing II

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

NIP.196909151994032002

Mengetahui
Ketua Jurusan BKI

Hj. Rini Setiawati, S.Ag, M.Sos.I

NIP.197209211998032002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukaramé 1 Bandar Lampung (0721) 704030

PENGESAHAN

Judul Skripsi : PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1 BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH

Nama : Eko Wahyudi

NPM : 1341040094

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung hari Jum'at tanggal 27 Oktober 2017

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : Hj. Rini Setiawati, S.Ag, M.Sos.I

Sekretaris : Mubasit, S.Ag, MM

Penguji I (Utama) : Mulyadi, S.Ag, M.Sos.I

Penguji II (Pembantu) : Dr. Fitri Yanti, MA

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M.Si

NIP. 196104091990031002

MOTTO

إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ ۖ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا ﴿٢٧﴾

Artinya: “Sesungguhnya pemboros-pemboros itu adalah saudara-saudara syaitan dan syaitan itu adalah sangat ingkar kepada Tuhannya.”(Q.S. Al-Isra’: 27).¹



¹Departemen Agama RI, *Aminah Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Kitab, Jakarta, 2009, h. 284.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah, serta karunia-Nya. Dengan ketulusan hati peneliti persembahkan karya ilmiah sederhana ini kepada:

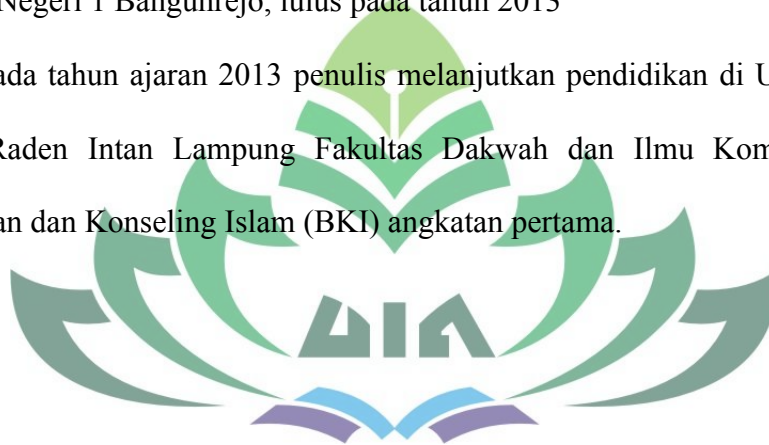
1. Kedua orang tuaku Ayah Superman dan Ibu Jumiati yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesanku, karena tiada kata seindah lantunan doa dan tiada doa yang paling khusuk selain doa yang terucap dari kedua orang tuaku. Ucapan terimakasih tidak akan pernah cukup untuk membalas semua yang telah ayah dan ibu berikan kepadaku, oleh karena itu terimalah persembahan bakti serta cintaku kepada ayah dan ibu berupa karya ini.
2. Kepada adik-adikku tersayang, Refri Ardi dan Akbar Septian yang senantiasa mensupport, mendo'akan, memberikan motivasi.
3. Kepada kekasihku Orin Neta Julia, S.Pd yang telah mensupport dan membantu dari awal pembuatan skripsi ini sampai akhir.
4. Kepada sahabat ku Fima Riska Oktari, S.Sos dan Delfira Noviresthika, A.Md Keb yang telah membantuku dalam penulisan skripsi ini.
5. Sahabat seperjuangan BKI angkatan 2013 yang telah sama-sama berjuang dari awal kuliah hingga akhir.
6. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung yang kubanggakan.

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Tias Bangun, 25 September 1995. Anak pertama dari tiga bersaudara dari Bapak Suparman dan Ibu Jumiati. Jenjang pendidikan formal yang penulis jalani adalah:

1. SD Negeri 2 Tias Bangun, lulus pada tahun 2007
2. SMP Muhammadiyah 2 Bangunrejo, lulus pada tahun 2010
3. SMA Negeri 1 Bangunrejo, lulus pada tahun 2013

Pada tahun ajaran 2013 penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) angkatan pertama.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Subhanallah, Walhamdulillah, Wala ilahailallah, Allahuakbar.

Alhamdulillahirobbil'alamin puji syukur kehadiran dan rahmat Allah SWT yang telah memberikan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dan memperoleh gelar Sarjana Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI).

Adapun judul skripsi ini adalah **“PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1 BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH”**.

Dalam menyusun skripsi ini, penulis selalu berhubungan dengan pembimbing serta pihak-pihak lain. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan/memberikan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak tersebut. Maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Khomsarial Romli, M.Si, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Bunda Hj. Rini Setiawati, S.Ag, M.Sos.I, selaku ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung.

3. Ibu Dr. Fitri Yanti, MA, selaku Pembimbing I didalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan, saran dan petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Sri Ilham Nasution, M.Pd, selaku Pembimbing II yang dengan sabar dan penuh ketulusan dalam memberikan bantuan moril kepada penulis dipenulisan skripsi ini.
5. Segenap dosen dan staff program studi Bimbingan Konseling Islam yang memberikan bekal ilmu-ilmunya pada penulis dengan ketulusan.
6. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi sebagai tempat penulis melakukan penelitian.
7. Bapak/Ibu civitas akademik fakultas, terimakasih banyak.
8. Adik-adik yang berada di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah selaku sampel penelitian penulis.
9. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan baik moril maupun spiritual.
10. Bapak Suparman dan Ibu Jumiati yang sangat aku cintai, serta saudara-saudaraku yang telah memotivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga atas bantuan dan jerih payah dari semua pihak menjadi satu catatan ibadah disisi Allah SWT. Aminn.

Bandar Lampung, 2017

Penulis

Eko Wahyudi
NPM. 1341040094



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Alasan Memilih Judul.....	3
C. Latar Belakang Masalah	4
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
G. Tinjauan Pustaka	12
H. Metodologi Penelitian.....	14
1. Jenis Penelitian	14
2. Sifat Penelitian.....	15
3. Populasi dan Sampel.....	15
4. Metode Pengumpulan Data	17
5. Analisis Data.....	19

BAB II BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH	21
A. Bimbingan dan Konseling.....	21
1. Pengertian Bimbingan	21
2. Pengertian Konseling.....	22
3. Pengertian BimbinganKonseling	22
4. Tujuan dan Fungsi	24
5. Jenis-Jenis Layanan	26
6. Azas-azas Bimbingan Konseling.....	29
7. Proses Konseling	32
8. Program Bimbingan danKonseling	36

B. Mereduksi Perilaku Merokok	42
1. Pengertian Mereduksi	42
2. Pengertian Perilaku Merokok	42
BAB III PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING SMA	
 NEGERI 1 BANGUNREJO DALAM MEREDUKSI	
 PERILAKU MEROKOK SISWA.....	47
A. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Bangunrejo.....	47
1. Sejarah Berdiri dan Letak Geografis Sekolah.....	47
2. Visi dan Misi Sekolah	48
3. Struktur Sekolah.....	49
4. Program Kerja Sekolah	50
5. Sarana dan Prasarana.....	53
6. Daftar Nama Guru BK	54
B. Program Bimbingan dan Konseling Dalam Mereduksi	
Perilaku Merokok Siswa	54
1. Latar Belakang Siswa Merokok	56
2. Program Guru BK	60
3. Metode Bimbingan dan Konseling.....	64
4. Hasil Program	66
C. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan	
Bimbingan dan Konseling dalam Mereduksi Perilaku	
Merokok Siswa	70
1. Faktor Pendukung	70
2. Faktor Penghambat.....	72
BAB IV PELAKSANAAN BIMBINGAN DAN KONSELING	
 DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK	
 SISWA	74
A. Tahap Perencanaan Bimbingan dan Konseling.....	74
B. Tahap Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling.....	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran.....	89

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Nama Guru BK	54
-------------------------------------	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Bangunrejo	50
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Sampel

Lampiran 2 Data Jumlah Siswa Kasus Merokok

Lampiran 3 Pedoman Pengumpulan Data

Lampiran 4 Surat Keputusan Judul Skripsi

Lampiran 5 Kartu Hadir Munaqosyah

Lampiran 6 Kartu Konsultasi Skripsi

Lampiran 7 Surat Rekomendasi Penelitian

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian

Lampiran 9 Surat Keterangan Bukti Penelitian

Lampiran 10 Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul skripsi ini adalah “PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH SMA NEGERI 1 BANGUNREJO LAMPUNG TENGAH”.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia program merupakan rancangan mengenai asas-asas serta dengan usaha-usaha yang akan dijalankan.¹

Program adalah rangkaian kegiatan-kegiatan atau seperangkat tindakan untuk mencapai tujuan.²

Bimbingan adalah suatu proses, artinya bahwa dalam kegiatan bimbingan bukan kejadian yang sifatnya insidental, sewaktu-waktu tetapi merupakan proses yang berkelanjutan sehingga diperlukan perencanaan yang sistematis.³

Konseling merupakan proses yang dinamis dimana klien setelah memperoleh bantuan dapat mengembangkan dirinya, mengembangkan bakat dan potensi-potensi yang lain serta dapat mengentaskan masalah yang dihadapinya.⁴

¹ Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), ed. 3, cet. 4, h. 897.

² Perencanaan Program” (On-line), tersedia di: <http://slideplayer.info/slide/3116150/> (13 Januari 2017)

³ Sugiyo, *Manajemen Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* (Semarang: Widya Karya, 2012), h.2.

⁴ *Ibid.*, h. 4.

Berdasarkan pengertian di atas maksud penulis yang dimaksud dengan program bimbingan dan konseling yaitu rangkaian kegiatan-kegiatan atau langkah-langkah yang bersifat membimbing atau mengarahkan yang disertai dengan proses memberikan solusi untuk membantu menyelesaikan suatu masalah.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mereduksi diartikan sebagai membuat pengurangan, potongan.⁵ Merokok adalah salah satu sumber utama timbulnya masalah kesehatan meskipun sebetulnya dapat dicegah.⁶ Sedangkan perilaku merokok merupakan yang merupakan aktivitas menghisap rokok dengan menggunakan pipa rokok dan mengeluarkan asap rokok melalui mulut, reaksi yang dapat diamati secara umum dan objektif dan dapat dilakukan oleh orang dewasa, remaja bahkan anak-anak usia sekolah dasar. Merokok agaknya dimulai dikelas tujuh hingga kelas sembilan, dan sebagian besar dari mereka masih melanjutkan kebiasaan merokoknya dimasa sekolah menengah dan di masa kuliah diperguruan tinggi.⁷

Maksud penulis yang dimaksud dengan mereduksi perilaku merokok yaitu pengurangan atau mengurangi aktivitas menghisap rokok yang dilakukan dengan pipa rokok.

⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia, *op. cit*, h. 938.

⁶ John W. Santrock, *Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 245.

⁷ *Ibid.*

SMA Negeri 1 Bangunrejo berada di Desa Sidorejo Kecamatan Bangunrejo Lampung Tengah. Sekolah ini berdiri pada tahun 2003 dan pada saat ini pembenahan secara fisik maupun akademis/non akademis terus dilakukan di SMA Negeri 1 Bangunrejo untuk dapat bersaing ditingkat Kabupaten maupun tingkat yang lebih tinggi. Pada penelitian ini, penulis akan melakukan penelitian pada siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah karena kelas XII IPS merupakan siswa binaan guru BK yang banyak mengkonsumsi rokok di area sekolah.

Berdasarkan pengertian beberapa istilah di atas maka maksud dalam isi skripsi ini adalah rangkaian kegiatan atau langkah-langkah yang dilakukan melalui bimbingan dan konseling untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa dalam mengurangi kebiasaan merokok dan objek penelitian ini pada siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

B. Alasan Memilih Judul

Ada beberapa alasan yang melatarbelakangi sehingga penelitian ini dilakukan, yaitu:

1. Seiring dengan perkembangan zaman, rokok sudah mulai masuk kalangan siswa, seperti halnya teman pergaulan juga dapat mempengaruhi untuk mengkonsumsi rokok tersebut. Bahkan sudah banyak siswa yang kecanduan rokok tanpa mengetahui dampak dan bahaya dari perilaku mengkonsumsi merokok tersebut, karena akan sangat berbahaya bagi kesehatan diri siswa.

2. Perilaku merokok merupakan suatu tindakan yang tidak baik karena dapat mengganggu kesehatan bagi yang mengkonsumsinya dan orang yang berada disekitarnya bahkan dapat menyebabkan berbagai penyakit, apabila jika sudah mengalami ketagihan/kecanduan akan lebih berbahaya dampaknya. Melalui program bimbingan dan konseling ini diharapkan menjadi solusi untuk mengurangi perilaku merokok khususnya dikalangan siswa.
3. Karena sedikitnya siswa yang masuk dalam buku kasus pelanggaran merokok diarea sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah. Sehingga peneliti bermaksud meneliti karena ingin mengetahui program-program yang dijalankan di sekolah tersebut.

C. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada umumnya selalu berintikan bimbingan. Sebab pendidikan bertujuan agar anak didik menjadi kreatif, produktif, dan mandiri. Artinya pendidikan berupaya untuk mengembangkan individu anak. Segala aspek diri anak harus dikembangkan seperti intelektual, moral, sosial, kognitif, dan emosional. Bimbingan dan konseling adalah upaya untuk membantu perkembangan aspek-aspek tersebut menjadi optimal, harmonis dan wajar.⁸

Bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu murid-murid agar dapat memahami dirinya, yaitu potensi dan kelemahan-kelemahan diri. Jika hal-hal itu diketahuinya dan dipahaminya dengan baik, maka murid itu tentu mempunyai rencana untuk mengarahkan dirinya kearah realisasi diri yang

⁸ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2013), h.5.

mempertimbangkan kenyataan sosial dan lingkungan lainnya. Tentu atas bantuan konselor. Usaha membantu itu merupakan usaha profesional yang memerlukan pengetahuan dan keterampilan teknis yang khusus, dan kepribadian yang sesuai untuk profesi tersebut. Karena itu untuk memperoleh derajat profesional yang baik, maka diperlukan pendidikan khusus.⁹

Layanan bimbingan hanya diberikan kepada siswa yang bermasalah saja. Sementara ada yang berpendapat bahwa bimbingan hanya diberikan kepada anak yang nakal, anak yang membuat keributan dikelas maupun diluar kelas, anak yang belum membayar SPP, anak yang memakai kaos kaki antara kanan dan kiri berbeda, dan sebutan anak nakal yang lain yang kesemuanya dikategorikan anak yang bermasalah.¹⁰

Konseling bertujuan membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap dan tingkah laku. Konseling menjadi strategi utama dalam proses bimbingan dan merupakan teknik standar serta merupakan tugas pokok seorang konselor dipusat pendidikan.¹¹

Bimbingan dan konseling merupakan serangkaian kegiatan atau aktivitas yang dirancang oleh konselor untuk membantu klien dalam upaya untuk

⁹Sofyan S. Willis., *Ibid*, h. 9.

¹⁰ Sugiyo, *op. cit.* hh. 4-5.

¹¹ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT Refika Aditama, 2010), h. 11.

mengembangkan dirinya seoptimal mungkin.¹² Dengan adanya bimbingan dan konseling maka akan membantu klien menyelesaikan serta mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Berbicara tentang merokok tidak jauh dari remaja, dalam segala segi remaja mengalami perubahan-perubahan yang sangat cepat, yang sering menimbulkan kegoncangan dan ketidakpastian. Goncangan dan ketidakjelasan juga muncul dari lingkungan yang sedang dan cepat berubah. Dalam badai perkembangan (*storm dan stress*) banyak remaja yang berhasil mengatasinya dan banyak juga yang tidak. Salah satu faktor yang berperan terhadap keberhasilan individu dalam menghadapi berbagai kesulitan adalah daya lentur individu. Banyak pula remaja yang gagal dan kandas terhempas kedalam berbagai tingkah laku menyimpang yang tidak sesuai dengan tugas-tugas perkembangan yang dituntutkan kepadanya.

Perilaku merokok adalah kebiasaan yang membahayakan. Meskipun setiap orang mengetahui bahaya yang disebabkan oleh rokok, tetapi banyak anak-anak muda yang suka merokok. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada anak-anak muda adalah faktor psikologi, biologi dan lingkungan.

Perilaku merokok merupakan perilaku yang berbahaya bagi kesehatan, tetapi masih banyak orang yang melakukannya, bahkan orang mulai merokok ketika dia masih remaja. Perilaku manusia adalah aktivitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Aktifitas yang secara langsung dapat diamati pada remaja laki – laki

¹² Sugiyo, *op. cit.*, h.15.

adalah perilaku merokok. Perilaku merokok adalah perilaku yang dinilai sangat merugikan dilihat dari berbagai sudut pandang baik bagi diri sendiri maupun orang lain disekitarnya.¹³

Dilihat dari segi kesehatan, merokok harus dihentikan karena menyebabkan berbagai penyakit antara lain kanker, serangan jantung, dan penyumbatan pembuluh darah yang mengakibatkan kematian, oleh karena itu merokok harus dihentikan sebagai usaha pencegahan sedini mungkin. Oleh sebab itu, *World Health Organization* (WHO) terus melakukan kampanye tentang bahaya rokok antara lain dengan label pada kemasan rokok.¹⁴

Merokok juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi orang disekeliling perokok. Resiko yang ditanggung perokok pasif lebih berbahaya daripada perokok aktif karena daya tahan terhadap zat-zat yang berbahaya sangat rendah. Tidak ada yang memungkiri adanya dampak negatif dari perilaku merokok.

Kebiasaan merokok pada umumnya dimulai pada saat usia remaja. Perilaku merokok dikalangan remaja sekarang bukanlah hal baru lagi. Bahkan remaja masih ada yang merokok dilingkungan sekolah. Tidak jarang kita menemukan remaja yang masih mengenakan seragam sekolahnya, mereka merokok bersama teman-temannya ataupun sendiri, baik merokok secara terang-terangan maupun

¹³Samrotul Fikriyah dan Yoyok Febrijanto, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-Laki DI Asrama Putra," *Jurnal STIKES*, Vol. 5 (1), Juli 2012, hh. 99-100.

¹⁴Muslimin, *et al.*, "Faktor-Faktor Penyebab Prilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri Kecamatan Babat," *Jurnal BK UNESA*, Vol. 1 (2), h. 117.

secara sembunyi-sembunyi. Kegiatan merokok seringkali dilakukan individu dimulai disekolah menengah atas bahkan mungkin sebelumnya.

Program bimbingan dan konseling berperan sangat penting disekolah dalam membimbing serta mengarahkan siswa agar dapat mengurangi permasalahan yang dihadapinya, selain itu program bimbingan dan konseling juga dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh siswa disekolah.

Apabila dilihat dari tugas, peran, fungsi, dan tanggung jawab guru BK, perbandingan antara jumlah siswa dengan keperluan akan guru BK (1:150), lingkup pelayanan BK di sekolah dan madrasah atau bidang-bidang pelayanan BK, permasalahan dan kasus-kasus yang di alami siswa, waktu pertemuan untuk setiap sesi konseling, mungkin guru BK merupakan orang yang paling sibuk di sekolah dan madrasah. Dengan perkataan lain apabila guru BK benar-benar menjalankan tugas, peran, fungsi, dan tanggung jawab secara baik, menyusun program layanan BK sesuai lingkup dan bidang layanan BK, mengidentifikasi berbagai permasalahan dan kasus-kasus siswa, akan sulit bagi guru BK mencari waktu istirahat. Apabila hal ini dapat terwujud tidak akan ada persepsi negatif tentang BK dan tudingan-tudingan miring terhadap guru BK.

Munculnya persepsi negatif tentang BK dan tudingan-tudingan miring terhadap guru BK antara lain disebabkan ketidaktahuan akan tugas, peran, fungsi, dan tanggung jawab guru bimbingan dan konseling baik oleh para guru mata pelajaran, pengawas, kepala sekolah dan madrasah, para siswa, dan orang tua siswa maupun oleh guru bimbingan dan konseling itu sendiri. Selain itu, bisa

disebabkan oleh tidak disusunnya program bimbingan dan konseling secara terencana dan sistematis disekolah dan madrasah.¹⁵

Selain guru BK, orang tua mempunyai peran yang sangat penting dalam mengawasi dan mencegah adanya perilaku merokok siswa. Orang tua menjadi figur anak dalam berperilaku. Orang tua yang perokok juga dapat menjadi salah satu faktor timbulnya penyebab remaja merokok. Oleh sebab itu, sebagai tauladan bagi anak orang tua harus memberikan contoh yang baik dan mengawasi serta memperhatikan masa perkembangan sang anak.

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Bangunrejo karena letak sekolah yang cukup terjangkau, akses jalannya cukup mudah dilalui sehingga akan lebih mudah untuk mendapatkan data yang akan diteliti. Pada penelitian ini, penulis akan meneliti siswa kelas XII IPS. Penelitian ini dilakukan karena ada siswa yang ketahuan merokok oleh guru BK di area sekolah. Selain itu, pengurangan tentang bahaya merokok sangat penting guna membantu siswa untuk menjaga kesehatan terutama diri siswa sendiri dan juga lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 21 Januari 2017 di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah bahwa pihak sekolah sangat terbuka untuk diadakan penelitian. Hal ini terlihat dari pelayanan pihak sekolah ketika sedang melakukan pra penelitian disekolah tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Subandi S.Pd selaku guru BK disekolah bahwa masih ada siswa

¹⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), hh. 243-244.

yang mengkonsumsi rokok diarea sekolah.¹⁶ Hal itu terjadi karena siswa diajak teman-temannya untuk merokok ataupun karena kemauan siswa itu sendiri. Sudah terdapat program yang dilakukan untuk mengurangi perilaku siswa merokok tersebut, tetapi masih banyak siswa yang mengkonsumsi rokok diarea sekolah. Siswa juga sudah diberikan buku panduan yang didalamnya memuat aturan-aturan serta poin-poin pelanggaran yang dilakukan, buku tersebut diberikan sebagai pedoman siswa atau kendali siswa ketika berada diarea sekolah.

Program bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa diharapkan dapat menjadi solusi untuk mengurangi perilaku merokok siswa disekolah, karena perilaku merokok tersebut sangat berbahaya dampaknya terutama bagi diri siswa dan juga bagi orang-orang disekitarnya. Dalam skripsi ini penulis akan membahas tentang “Program Bimbingan dan Konseling Dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa Di Sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah”. Dengan penelitian ini diharapkan nantinya akan membawa manfaat bagi siswa disekolah agar dapat mengurangi kebiasaan merokok demi terwujudnya sekolah yang bebas asap rokok.

¹⁶ Subandi, wawancara dengan penulis, SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 21 Januari 2017.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat merumuskan permasalahan yaitu “Bagaimanakah Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa Di Sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah?”

E. Tujuan

Untuk mengetahui pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian diantaranya:

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah bagi wahana perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi remaja, psikologi sosial, dan psikologi perkembangan, terutama yang berhubungan dengan perilaku merokok siswa.

2. Praktis

a. Penelitian ini dapat memperkaya konsep-konsep bimbingan dan konseling disekolah, terutama yang berkaitan dengan nilai-nilai sosial, budaya, agama, moral, kesusilaan serta pembentukan kepribadian yang baik agar dapat terhindar dari perilaku merokok.

b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk orang tua mengenai keterlibatannya dalam mengantisipasi dan mengatasi perilaku merokok pada siswa, bila penelitian ini terbukti maka hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan interaksi sesama teman dengan baik, sehat, dan bersifat positif dalam bentuk usaha pencegahan pada penanganan terhadap perilaku merokok siswa.

G. Tinjauan Pustaka

Dalam melakukan penelitian ini penulis mengadakan suatu telaah kepustakaan, penulis menemukan skripsi yang memiliki kemiripan judul yang akan penulis teliti, judul skripsi tersebut antara lain :

1. Pada tahun 2015, Abdullah Salam, NIM 11220023, dengan judul” Upaya Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Siswa Menjadi Perokok Di SMP Negeri 15 Yogyakarta”. Dalam skripsi ini membahas mengenai bagaimana bentuk-bentuk layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam mencegah siswa agar tidak menjadi perokok di SMP Negeri 15 Yogyakarta. Obyek penelitian adalah upaya layanan bimbingan dan konseling dalam mencegah siswa menjadi perokok di SMP Negeri 15 Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan menekankan pada bentuk layanan yang diberikan guru bimbingan dan konseling agar siswa terhindar dari perokok aktif dan agar siswa tidak menjadi perokok aktif disekolah. Layanan bimbingan dan konseling yang

diberikan kepada siswa dapat membuat siswa menyadari betapa bahaya dampak dari merokok bagi diri siswa maupun orang disekitarnya.

2. Pada tahun 2014, Raden Dewi Noviyanti, dengan judul” Efektivitas Strategi Manajemen Diri Untuk Mengurangi Merokok Di SMA Negeri 15 Bandung”. Dalam skripsi ini membahas tentang efektivitas strategi manajemen diri untuk mengurangi merokok di SMA Negeri 15 Bandung. Teknik manajemen diri diyakini efektif karena teknik manajemen diri dapat digunakan untuk berbagai perilaku sasaran. Manajemen diri meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), *reinforcement* yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).
3. Pada tahun 2013, Raden Putri Purnamasari, dengan judul” Rancangan Teknik Self Monitoring dan Reinforcement Positif Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Di SMA Negeri 2 Karawang”. Skripsi ini membahas tentang teknik self monitoring dan reinforcement positif untuk mereduksi perilaku merokok. Self monitoring atau pemantauan diri adalah proses pengamatan diri pada kemampuan individu dalam menampilkan diri terhadap orang lain dan lingkungan dengan mengamati dan merekam tingkah laku diri yang sesuai dengan kondisi dan situasi yang dihadapi dalam lingkungan sosial. Sedangkan reinforcement positif merupakan strategi untuk memperkuat diri dalam berperilaku, perhatian, kasih sayang, senyuman, pujian, hadiah. Reinforcement positif digunakan untuk membantu remaja untuk mengatur

dan memperkuat dirinya sendiri terhadap perilaku yang akan diubahnya melalui konsekuensi yang diperolehnya.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang terdahulu diteliti, yang membedakan dengan penelitian ini adalah penelitian ini lebih menekankan pada program bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa agar dapat mengurangi perilaku merokok disekolah, dengan program-program yang diberikan oleh guru BK akan sangat membantu dan mengarahkan siswa untuk tidak mengkonsumsi rokok karena dampak yang ditimbulkan sangat berbahaya bagi dirinya dan orang sekitarnya.

Penelitian tentang “Program Bimbingan dan Konseling dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa Di Sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah) hasilnya tidak akan sama dengan penelitian-penelitian sebelumnya dan belum pernah dilakukan atau diteliti oleh orang lain.

H. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian lapangan yang dilakukan dalam kancah kehidupan yang sebenarnya.¹⁷ Penelitian ini tentang program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

¹⁷Kartini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial* (Bandung: Masdar Maju, 1996), h. 32

2. Sifat Penelitian

Sifat penelitian ini adalah deskriptif, maksudnya yaitu penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.¹⁸

Dalam kaitan dengan dengan penelitian ini menggambarkan apa adanya dan proses yang sedang berlangsung, tentang hal yang berkenaan dengan metode bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

3. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.¹⁹ Pengertian lain, menyebutkan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu didalam suatu penelitian.²⁰ Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII IPS SMA Negeri 1 Bangunrejo yang berjumlah 108 siswa, serta guru BK yang berjumlah 3 orang. Sehingga total populasi pada penelitian ini berjumlah 111.

¹⁸Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013), h. 3.

¹⁹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010), h. 173.

²⁰S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*(Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014),h. 118.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.²¹ Sampel pada penelitian ini diambil dari populasi. Dalam skripsi ini penulis menggunakan teknik *random sampling*, teknik *random sampling* adalah pengambilan sampling secara random atau tanpa pandang bulu. Dalam teknik ini semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel.²² Peneliti menentukan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling*, biasa digunakan pada populasi yang mempunyai susunan bertingkat atau berlapis-lapis.²³ Maksudnya adalah sampel ditentukan dengan cara dikelompokkan kedalam tingkatan-tingkatan tertentu yang kemudian sampel diambil dari masing-masing tingkatan tersebut. Jadi sampel pada skripsi ini yaitu 3 guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dan siswa IPS kelas XII terdiri dari 4 kelas yang penulis ambil dari setiap kelas terdiri dari dua orang siswa di ambil pada tingkat keseringan/binaan guru BK. Berdasarkan teknik di atas jadi jumlah sampel peneliti berjumlah 8 siswa. Jadi keseluruhan jumlah sampel penelitian ini adalah 11 sampel.

²¹ Suharsimi Arikunto, *op. cit*, h. 174.

²² S. Margono, *op. cit*, h. 125.

²³ *Ibid*, h. 126.

4. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu kegiatan dalam perencanaan penelitian. Dalam pengumpulan data ini penulis tidak hanya menggunakan *Field Research* (penelitian lapangan), akan tetapi penulis juga menggunakan beberapa metode yang dianggap sesuai dengan penulisan skripsi, adapun metode yang sesuai tersebut adalah

a. Metode Pengamatan (Observasi)

Pengamatan (observasi) adalah metode pengumpulan data dimana peneliti atau kolaboratornya mencatat informasi sebagaimana yang mereka saksikan selama penelitian. Penyaksian terhadap peristiwa-peristiwa itu bisa dengan melihat, mendengarkan, merasakan yang kemudian dicatat subyektif mungkin.²⁴ Hasil penangkapan tersebut dicatat dan selanjutnya dianalisis oleh peneliti untuk menjawab masalah penelitian yakni tentang Program Bimbingan dan Konseling Dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa. Pada saat melakukan observasi akan didapatkan data yang akan menunjang penelitian ini. Metode observasi penulis gunakan untuk membuktikan data yang diperoleh selama penelitian.

Adapun dalam observasi ini penulis menggunakan observasi partisipan, yaitu suatu proses pengamatan bagian dalam dilakukan oleh

²⁴W. Gulo, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: PT Grasindo, 2010), h. 116.

observer dengan ikut mengambil bagian dalam kehidupan orang-orang yang akan diobservasi.²⁵

b. Metode Interview / Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi langsung antara peneliti dan responden. Komunikasi berlangsung dalam bentuk tanya-jawab dalam hubungan tatap muka, sehingga gerak dan mimik responden merupakan pola media yang melengkapi kata-kata secara verbal.²⁶ Pada saat melakukan wawancara akan didapatkan data dan hasil yang akan ditulis untuk menjadi inti dari penelitian ini. Metode wawancara ini penulis lakukan dengan bertanya jawab langsung untuk mendapatkan data mengenai program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa disekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

Dalam penelitian ini, wawancara yang dilakukan peneliti bersifat tak terstruktur, artinya interview ini lebih bersifat informal. Pertanyaan-pertanyaan tentang pandangan hidup, sikap, keyakinan subjek, atau tentang keterangan lainnya dapat diajukan secara bebas kepada subjek.²⁷

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda, dan sebagainya.²⁸

²⁵S. Margono, *op. cit.*, h. 161.

²⁶W. Gulo, *op. cit.*, h. 119.

²⁷S. Margono, *op cit.*, h. 167.

²⁸Suharsimi Arikunto, *op. cit.*, h. 274.

Metode dokumentasi ini penulis lakukan untuk mencari data tambahan yang dibutuhkan terkait dengan penelitian dan sebagai pelengkap data yang telah didapatkan dari metode observasi dan wawancara.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sumber-sumber tertulis, seperti buku-buku, media masa atau apa saja yang serupa dengan itu, sebagai bahan untuk penyusunan penelitian ini.

5. Analisis Data

Proses selanjutnya sebagai kegiatan akhir, setelah semuanya terkumpul dengan lengkap, kemudian data dianalisa kemudian menyimpulkan. Dalam penganalisaan ini penulis menggunakan metode *kualitatif* yaitu metode analisa yang dipergunakan untuk menganalisa data yang bersifat menografi yaitu data yang terwujud kasus-kasus yang jumlahnya sedikit dan didasarkan pada mutu sesuatu data saja. Dalam penelitian kualitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.²⁹

Sumber data penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh peneliti, dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang tersirat dalam dokumen atau bendanya.³⁰

²⁹IAIN Raden Intan, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa*, (IAIN Raden Intan Lampung 2013), h. 14

³⁰Suharsimi Arikunto, *op. cit.* h. 22.

Dari penjelasan tersebut maka dalam hal ini peneliti melakukan penelitian dalam rangka mendapatkan data-data atau informasi yang berkenaan dengan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Banganrejo. Maka setelah data-data tersebut terkumpul, proses berikutnya adalah analisis data dan membuat kesimpulan.



BAB II

BIMBINGAN KONSELING DAN MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SEKOLAH

A. Bimbingan dan Konseling

1. Pengertian Bimbingan

Istilah bimbingan adalah arti dari "*guidance*" (bahasa inggris). Kata "*guidance*" itu sendiri selain diartikan bimbingan atau bantuan juga diartikan: pimpinan, arahan, pedoman, petunjuk, dan kata "*guidance*" berasal dari kata dasar "*(to) guide*"; menuntut, mempedomani, menjadi petunjuk jalan, mengemudikan.¹

Pengertian bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan oleh seorang yang ahli (konselor) secara terus menerus sehingga individu dapat memahami dirinya dan mengarahkan diri sesuai dengan tuntutan diri, keluarga dan masyarakatnya.²

Tujuan bimbingan adalah mampu mengembangkan diri dan memandirikan dirinya, artinya bahwa setelah memperoleh layanan bimbingan, klien mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sehingga pada gilirannya klien mampu berkembang secara yang optimal dan mampu mengelola dirinya.³

¹ Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta Timur: PT Luxima Metro Indonesia, 2015), h. 6.

² *Ibid*, hh. 6-7.

³ Sugiyo, *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Semarang: Widya Karya, 2012), h. 2.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, yang dimaksud dengan bimbingan adalah proses pemberian bantuan secara berkelanjutan yang bertujuan untuk mengarahkan klien agar dapat memahami dirinya.

2. Pengertian Konseling

Konseling berasal dari istilah Inggris "*Counseling*" yang kemudian di Indonesia menjadi "Konseling". Konseling adalah suatu proses yang learning-oriented atau suatu proses yang berorientasikan belajar, yang dilaksanakan dalam suatu lingkungan sosial, antara seorang dengan seorang, dimana seorang konselor harus memiliki kemampuan profesional dalam bidang keterampilan dan pengetahuan psikologis, konselor berusaha membantu klien dengan metode yang sesuai atau cocok dengan kebutuhan klien tersebut dalam hubungannya dengan keseluruhan program, agar individu dapat mempelajari lebih baik tentang dirinya sendiri.⁴

Tujuan konseling adalah perubahan sikap dan tingkah laku. Perubahan yang terjadi setelah konseling adalah sikap yang teraktualisasi dalam berbagai aspek sikap seperti mau menerima diri, sikap positif terhadap masalah, dan perasaan puas. Demikian pula terjadi perubahan tingkah laku seperti mau melakukan sesuatu atau berani mengambil keputusan.⁵

Dari pengertian diatas, yang dimaksud dengan konseling adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi kliennya, kemudian klien mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.

3. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Pengertian bimbingan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik baik individu/kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal

⁴Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *op.cit*, h. 6.

⁵Sugiyo, *op. cit.*, h. 4.

dalam hubungan pribadi, sosial, belajar, karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung atas dasar norma-norma yang berlaku. Dengan demikian, setiap bimbingan itu pasti konseling dan setiap konseling belum tentu bimbingan.⁶

Bimbingan dan konseling merupakan serangkaian kegiatan atau aktivitas yang dirancang oleh konselor untuk membantu klien dalam upaya untuk mengembangkan dirinya seoptimal mungkin. Pengembangan diri siswa tidak serta merta mencapai hasil seperti yang diharapkan karena pada diri siswa selalu mengalami perkembangan yang sifatnya fluktuatifartinya bahwa perkembangan siswa tidak linier saja akan tetapi kadang menunjukkan grafik yang positif tetapi ada kalanya menunjukkan grafik yang negatif.⁷

Bimbingan dan konseling atau “*guidance and counseling*” merupakan salah satu program pendidikan yang diarahkan kepada usaha pembaruan pendidikan nasional. Urgensi bimbingan dan konseling sangat besar bagi usaha pemantapan arah hidup generasi muda dalam berbagai bidang yang menyangkut ilmu pengetahuan, keterampilan, dan sikap mental dalam masyarakat.⁸

Bimbingan konseling adalah pemberian bantuan yang bersifat suatu arahan yang diberikan kepada klien untuk mengembangkan dirinya,

⁶Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *op. cit.*, h. 6.

⁷Sugiyo, *op. cit.*, h. 15

⁸Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2013), h. 1

mengembangkan bakat dan potensi yang ada pada dirinya serta dapat mengentaskan masalah yang dihadapinya.

4. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Konseling

Tujuan umum dari layanan bimbingan dan konseling adalah sesuai dengan tujuan pendidikan sebagaimana dinyatakan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) Tahun 1989 (UU No.2/1989), yaitu terwujudnya manusia Indonesia seutuhnya yang cerdas, yang beriman, dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.⁹

Secara khusus layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karir. Bimbingan pribadi-sosial dimaksudkan untuk mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi-sosial dalam mewujudkan pribadi yang taqwa, mandiri dan bertanggung jawab. Bimbingan belajar dimaksudkan untuk mencapai tujuan dan tugas perkembangan pendidikan. Bimbingan karir dimaksudkan untuk mewujudkan pribadi pekerja yang produktif.

Ditinjau dari segi sifatnya, layanan bimbingan dan konseling dapat berfungsi sebagai:

a. Fungsi Pencegahan (Preventif)

Layanan bimbingan dan konseling dapat berfungsi pencegahan artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam

⁹ Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *op. cit*, h. 7.

fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya. Kegiatan yang berfungsi pencegahan dapat berupa program orientasi, program bimbingan karir, inventarisasi data, dan sebagainya.¹⁰

b. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman yang dimaksud yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan keperluan pengembangan siswa pemahaman ini mencakup :

- 1) Pemahaman tentang diri siswa, terutama oleh siswa sendiri, orang tua, guru, dan guru pembimbing
- 2) Pemahaman tentang lingkungan siswa (termasuk didalam lingkungan keluarga dan sekolah) terutama oleh siswa sendiri, orang tua, guru, dan guru pembimbing
- 3) Pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas (terutama didalamnya informasi pendidikan, jabatan/pekerjaan/atau karir dan informasi budaya/nilai-nilai terutama oleh siswa).¹¹

c. Fungsi Perbaikan

Disinilah fungsi perbaikan itu berperan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpecahnya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami siswa.¹²

d. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dapat membantu para siswa dalam memelihara dan

¹⁰*Ibid*, h. 8.

¹¹*Ibid*.

¹²*Ibid*. h. 9.

mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan.¹³

5. Jenis-jenis Layanan Bimbingan dan Konseling

Untuk mengembangkan potensi siswa dan membantu pemecahan masalah yang dihadapinya, perlu ada kegiatan layanan bimbingan dan konseling yang terorganisir, terprogram, dan terarah. Disamping itu dituntut keahlian dari guru pembimbing, dan tersedianya dana serta sarana yang memadai. Perhatian utama sekolah yang biasanya kepada para siswa yang bermasalah, kini dipusatkan kepada siswa yang normal, tidak bermasalah, jumlahnya terbanyak, dan potensial untuk dikembangkan.

Berdasarkan kurikulum SMU 1994, kegiatan layanan bimbingan dan konseling terdiri dari: (1) layanan orientasi; (2) layanan informasi; (3) layanan bimbingan penempatan dan penyaluran; (4) layanan bimbingan belajar; (5) layanan konseling perseorangan; dan (6) layanan bimbingan kelompok.¹⁴

a. Layanan Orientasi

Layanan orientasi adalah layanan bimbingan yang dikoordinir guru pembimbing dengan bantuan semua guru dan wali kelas, dengan tujuan membantu mengorientasikan (mengarahkan, membantu, mengadaptasi)

¹³ *Ibid.*

¹⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 33.

siswa (juga pihak lain yang dapat memberi pengaruh, terutama orang tuanya) dari situasi lama kepada situasi baru seperti siswa baru di SMU.¹⁵

b. Layanan Informasi

Layanan informasi yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan peserta didik dan pihak-pihak lain yang dapat memberikan pengaruh yang besar kepada peserta didik (terutama orang tua) menerima dan memahami informasi (seperti informasi pendidikan dan informasi jabatan) yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan sehari-hari sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat.¹⁶

c. Layanan Bimbingan Penempatan dan Penyaluran

Yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (klien) memperoleh menempatkan dan penyaluran yang tepat (misalnya penempatan dan penyaluran di dalam kelas, kelompok belajar, jurusan/program studi, program latihan, magang, kegiatan co-ekstra kurikuler) sesuai dengan potensi, bakat dan minat serta kondisi pribadi.¹⁷

d. Layanan Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan yang penting diselenggarakan di sekolah. Layanan bimbingan belajar dilaksanakan melalui tahap-tahap: (a) pengenalan siswa yang mengalami

¹⁵*Ibid.*

¹⁶Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), h. 44.

¹⁷Hallen, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta Selatan: Ciputat Pers, 2002), h. 83.

masalah belajar, (b) pengungkapan sebab-sebab timbulnya masalah belajar, dan (c) pemberian bantuan pengentasan masalah belajar.¹⁸

e. Layanan Konseling Individual

Melalui konseling individual, klien akan memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya.¹⁹

f. Layanan Bimbingan Kelompok

Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.²⁰

Berdasarkan jenis-jenis layanan bimbingan dan konseling di atas, bahwa sebuah layanan bimbingan dan konseling sangat berperan penting dalam mengembangkan potensi yang dimiliki siswa dan membantu siswa untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

¹⁸Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 279.

¹⁹Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), h. 158.

²⁰Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 48.

6. Azas-azas Bimbingan dan Konseling

Dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling harus memenuhi kaidah-kaidah yang dikenal dengan azas-azas bimbingan dan konseling, yaitu ketentuan-ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan pelayanan itu.

Agar pelayanan dapat mengarah pada pencapaian tujuan yang diharapkan maka keterlaksanaan dan keberhasilan pelayanan bimbingan dan konseling sangat ditentukan oleh diwujudkannya azas-azas sebagai berikut:

- a. Azas Kerahasiaan, yaitu menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain.²¹
- b. Azas Kesukarelaan, yaitu proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak pembimbing (konselor) maupun dari pihak klien (siswa).²²
- c. Azas Keterbukaan, azas ini tidak kontradiktif dengan azas kerahasiaan karena keterbukaan yang dimaksud menyangkut kesediaan menerima saran-saran dari luar dan kesediaan membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah.²³

²¹ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), h. 22.

²² Tohirin, *Bimbingan dan Konseling disekolah dan Madrasah* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), h. 88.

²³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013) h. 82.

- d. Azas Kegiatan, azas ini merujuk pada pola konseling “multi dimensional” yang tidak hanya mengandalkan transaksi verbal antara klien dan konselor. Dalam konseling yang berdimensi verbal pun azas kegiatan masih harus terselenggara, yaitu klien aktif menjalani proses konseling dan aktif pula melaksanakan/menerapkan hasil-hasil konseling.²⁴
- e. Azas Kemandirian, yaitu azas bimbingan dan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan dan konseling, yakni: konseli (konseli) sebagai sasaran pelayanan bimbingan dan konseling diharapkan menjadi konseli-konseli yang mandiri dengan ciri-ciri mengenal dan menerima diri sendiri dan lingkungannya, mampu mengambil keputusan, mengarahkan serta mewujudkan diri sendiri.²⁵
- f. Azas Kekinian, masalah yang ditangani dalam bimbingan dan konseling adalah masalah sekarang walaupun ada kaitannya dengan masalah yang lampau dan yang akan datang. Selain itu hendaknya pembimbing sesegera mungkin menangani masalah siswa.²⁶
- g. Azas Kedinamisan, yaitu azas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar isi pelayanan terhadap sasaran pelayanan (konseli) yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus

²⁴Prayitno dan Erman Amti, *op. cit.*, h.118.

²⁵Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 2007, *op. cit.*, h. 82.

²⁶Zainal Aqib, *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Bandung: Yrama Widya, 2012), hh. 40-41.

berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu.²⁷

- h. Azas Keterpaduan, pada azas ini individu memiliki berbagai aspek kepribadian yang apabila keadaannya tidak seimbang, tidak serasi, dan tidak terpadu, justru akan menimbulkan masalah. Oleh sebab itu, usaha bimbingan dan konseling hendaklah memadukan berbagai aspek kepribadian klien.²⁸
- i. Azas Keharmonisan, yaitu azas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar segenap pelayanan dan kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada dan tidak boleh bertentangan dengan nilai dan norma yang ada, yaitu nilai dan norma agama, hukum dan peraturan, adat istiadat, ilmu pengetahuan, dan kebiasaan yang berlaku.²⁹
- j. Azas Keahlian, yaitu azas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pelayanan dan kegiatan bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional.³⁰
- k. Azas Alih Tangan Kasus, azas ini mengisyaratkan bahwa bila seorang petugas bimbingan dan konseling (konselor) sudah mengerahkan segenap kemampuannya untuk membantu klien (konseli), namun klien (konseli) belum dapat terbantu sebagaimana diharapkan maka petugas ini

²⁷Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *op. cit*, h. 25.

²⁸Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 2013, *op. cit*, h. 92.

²⁹Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *op.cit*, h. 23.

³⁰*Ibid.*

mengalih tangankan klien (konseli) tersebut kepada petugas atau badan lain yang lebih ahli.³¹

1. Azas Tutwuri Handayani, azas ini menuntut agar pelayanan bimbingan dan konseling tidak hanya dirasakan adanya pada waktu siswa mengalami masalah dan menghadap pembimbing saja, namun diluar hubungan kerja ke-BK-an pun hendaknya dirasakan adanya dan manfaatnya.³²

Dari beberapa pengertian azas-azas bimbingan dan konseling Islam di atas penulis menyimpulkan pentingnya azas-azas dalam poses bimbingan dan konseling agar proses tersebut dapat berjalan secara optimal. Selain itu azas-azas itu merupakan jiwa dari keseluruhan proses kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling. Apabila azas-azas itu tidak dijalankan dengan baik maka penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling akan terhambat.

7. Proses Konseling

Secara umum proses koseling individual dibagi atas tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir konseling.

a. Tahap Awal Konseling

Tahap awal ini terjadi sejak klien bertemu konselor hingga berjalan proses konseling dan menemukan definisi masalah klien. Adapun yang

³¹Dewa Ketut Sukardi dan Desak P. E. Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008) h. 19.

³²*Ibid.*

dilakukan oleh konselor dalam proses konseling tahap awal itu adalah sebagai berikut.

1) Membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah

Pada tahap ini konselor berusaha untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan klien dan berdiskusi dengan klien. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yaitu hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan konseling diantaranya sangat ditentukan oleh tahap awal ini. Kunci keberhasilan tahap ini diantaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan klien.³³

2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala masalah yang dialaminya. Tugas konselor adalah membantu mengembangkan potensi klien sehingga klien dengan kemampuannya itu dapat mengatasi masalahnya. Untuk mengatasi masalahnya itu terlebih dahulu klien harus mampu menjelaskan masalahnya tersebut. Tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami kliennya itu.³⁴

³³ Achmad Juntika Nurihsan, *op. cit*, h. 12.

³⁴ *Ibid*, h. 13.

3) Membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah

Konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah kliennya.³⁵

4) Menegosiasikan kontrak

Kontrak ini mengatur kegiatan konseling termasuk kegiatan konselor dan klien. Ini artinya konseling adalah kegiatan yang saling menunjang dan bukan pekerjaan konselor saja. Disamping itu pula dalam kontrak ini konselor mengajak klien dan pihak lain untuk bekerja sama dalam menyelesaikan masalah kliennya.³⁶

Berdasarkan tahap awal proses konseling di atas bahwa pada tahap ini seorang konselor dan klien memulai proses konseling. Dalam tahap ini konselor dan klien melakukan proses konseling kemudian ditemukan sebuah masalah yang dihadapi klien.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh pemahaman baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Pemahaman ini akan membantu dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk mengatasi masalah tersebut.

³⁵*Ibid.*

³⁶*Ibid.*

Dengan adanya pemahaman baru berarti ada dinamika pada diri klien untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalahnya.

Adapun tujuan pada tahap pertengahan ini sebagai berikut.

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian klien dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.

Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai pemahaman dan alternatif pemecahan baru terhadap masalah yang dialaminya.

- 2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara

Hal ini dapat terjadi jika klien merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya. Kondisi ini juga bisa tercipta jika konselor berupaya secara kreatif menggunakan berbagai variasi keterampilan konseling serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberikan bantuan konseling.

- 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak

Untuk itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Namun demikian untuk memperlancar proses konseling, konselor boleh menambah kontrak lainnya dengan kliennya (fleksibel).³⁷

Pada tahap ini konselor membantu klien dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk mengatasi masalah yang dihadapi klien. Dengan konselor memberikan pemahaman baru terhadap klien maka akan muncul dinamika dalam diri klien untuk melakukan perubahan pada diri klien itu sendiri.

c. Tahap Akhir Konseling

Pada tahap ini, konseling ditandai oleh beberapa hal berikut ini.

- 1) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya
- 2) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat dan dinamik
- 3) Adanya tujuan hidup yang jelas dimasa yang akan datang dengan program yang jelas pula.

³⁷*Ibid*, hh. 14-15.

- 4) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialaminya, dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, teman, dan keadaan yang tidak menguntungkan.³⁸

Tujuan akhir tahap ini adalah memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang tidak bermasalah. Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena klien sejak awal berkomunikasi dengan konselor dalam memutuskan perubahan sikap tersebut. Adapun tujuan lainnya dari tahap ini adalah:

- 1) Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien
- 2) Melaksanakan perubahan perilaku klien agar mampu mengatasi masalahnya
- 3) Mengakhiri hubungan konseling.³⁹

8. Program Bimbingan dan Konseling

Program bimbingan dan konseling sebagai satuan rencana keseluruhan kegiatan bimbingan dan konseling yang akan dilaksanakan pada periode waktu tertentu, seperti periode bulanan, semester, tahunan.

Program bimbingan konseling yang baik perlu mengikuti pola perencanaan tertentu. Menurut Reober, dkk, dalam *Organization and Administration of Guidance Service* yang dikutip oleh Romlah (1990) mengemukakan bahwa dalam melakukan perencanaan awal program bimbingan konseling harus diarahkan untuk menjawab tiga pertanyaan dasar yaitu: (1) Apakah kebutuhan-kebutuhan bimbingan untuk siswa? (2) Sejauh manakah kebutuhan-kebutuhan itu dapat dipenuhi dengan kondisi yang ada

³⁸*Ibid*, h. 15.

³⁹*Ibid*.

sekarang?, dan (3) Bagaimana sekolah dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut dengan lebih baik?.⁴⁰

Berdasarkan hal diatas, program bimbingan dan konseling disusun karena dengan program yang baik maka kegiatan bimbingan dan konseling yang direncanakan secara terperinci dan baik memberikan banyak keuntungan, baik itu bagi siswa yang mendapat layanan, maupun bagi petugas bimbingan yang menyelenggarakannya.

a. Tujuan Penyusunan Program

Tujuan penyusunan program tidak lain agar kegiatan BK disekolah dapat terlaksana dengan lancar, efektif, dan efisien, serta hasil-hasilnya dapat dinilai. Tujuan penyusunan program bimbingan dan konseling adalah adanya kejelasan arah pelaksanaan program, adanya kemudahan mengontrol dan mengevaluasi kegiatan, dan terlaksananya program kegiatan secara lancar, efisien, dan efektif.⁴¹

b. Manfaat Penyusunan Program

Beberapa keuntungan disusunnya suatu program, yaitu:

- 1) Memungkinkan guru pembimbing untuk menghemat waktu, usaha, biaya, dengan menghindarkan kesalahan-kesalahan yang mungkin terjadi, dan usaha coba-coba yang tidak menguntungkan
- 2) Siswa asuh akan menerima pelayanan bimbingan dan konseling secara seimbang dan menyeluruh, baik dalam hal kesempatan, bidang bimbingan dan jenis-jenis layanan bimbingan yang diperlukan
- 3) Setiap guru pembimbing mengetahui peranannya masing-masing dan mengetahui pula bilamana dan dimana harus bertindak, dalam pada itu guru pembimbing akan menghayati pengalaman yang sangat berguna untuk kemajuannya sendiri dan untuk kepentingan siswa-siswa asuhnya.⁴²

⁴⁰Sugiyo, *op.cit*, h. 47.

⁴¹*Ibid*, h. 48.

⁴²*Ibid*, h. 49.

c. Unsur dan Syarat Penyusunan Program Bimbingan dan Konseling

Unsur-unsur yang harus diperhatikan dan menjadi isi program bimbingan dan konseling meliputi: kebutuhan siswa, jumlah siswa yang dibimbing, kegiatan didalam dan diluar jam belajar sekolah, jenis bidang bimbingan dan jenis layanan, volume kegiatan BK, dan frekuensi layanan terhadap siswa. Sedangkan syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam penyusunan program bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan kebutuhan bagi pengembangan peserta didik sesuai dengan kondisi pribadinya, serta jenjang dan jenis pendidikannya
- 2) Lengkap dan menyeluruh, artinya memuat segenap fungsi bimbingan. Kelengkapan program ini disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik pada satuan pendidikan yang bersangkutan
- 3) Sistematis, dalam arti program disusun menurut urutan logis, tersinkronisasi dengan menghindari tumpang tindih yang tidak perlu, serta dibagi-bagi secara logis
- 4) Terbuka dan luwes, artinya mudah menerima masukan untuk pengembangan dan penyempurnaan, tanpa harus merombak program itu secara menyeluruh
- 5) Memungkinkan kerjasama dengan pihak yang terkait dalam rangka sebesar-besarnya memanfaatkan berbagai sumber dan kemudahan yang tersedia bagi kelancaran dan keberhasilan pelayanan BK
- 6) Memungkinkan diselenggarakannya penilaian dan tindak lanjut untuk penyempurnaan program pada khususnya dan peningkatan efektivitas dan efisiensi penyelenggaraan program BK pada umumnya.⁴³

Dari beberapa penjelasan di atas unsur dan syarat penyusunan program bimbingan dan konseling menjadi perhatian khusus dan dijadikan isi program bimbingan dan konseling yang berguna untuk kebutuhan siswa.

⁴³ *Ibid*, hh. 50-51.

d. Tahap-tahap Penyusunan Program Bimbingan dan Konseling

Suatu program hendaknya disusun dengan baik. Untuk menyusun suatu program bimbingan dan konseling memerlukan langkah-langkah yang bersifat menyeluruh dan terintegral. Langkah-langkah dalam suatu perencanaan sebagai berikut:

- 1) Menentukan tujuan yang akan dicapai
- 2) Menganalisis tentang sumber-sumber dan kendala yaitu yang berhubungan dengan personil, sikap, biaya, peraturan-peraturan, fasilitas, dan waktu
- 3) Menganalisis tentang kebutuhan-kebutuhan
- 4) Menentukan tujuan-tujuan yang lebih spesifik dan dapat diukur
- 5) Menentukan prioritas
- 6) Menentukan strategi-strategi dan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan tujuan-tujuan yang spesifik
- 7) Mengadakan evaluasi terhadap perencanaan yang mencakup: (a) untuk melihat sejauh mana tujuan-tujuan yang telah dicapai, dan (b) untuk melihat sejauh mana kegiatan-kegiatan yang telah direncanakan itu dilaksanakan
- 8) Mengadakan beberapa perubahan yang perlu untuk perbaikan program.⁴⁴

Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa suatu program hendaknya disusun dengan baik guna untuk lancarnya keterlaksanaan program bimbingan dan konseling. Tahap penyusunan program disusun agar program bimbingan dan konseling berjalan sesuai dengan tahap-tahap yang disusun dari awal sampai akhir.

⁴⁴*Ibid.* h. 52.

e. Jenis Program

Program bimbingan dan konseling yang perlu dibuat guru pembimbing guna merencanakan kegiatan bimbingan antara lain:

- 1) Program harian, yaitu program yang langsung diadakan pada hari-hari tertentu dalam satu minggu
- 2) Program mingguan, yaitu program yang akan dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu minggu tertentu dalam satu bulan
- 3) Program bulanan, yaitu program yang akan dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu bulan tertentu dalam satu caturwulan
- 4) Program semester, yaitu program yang akan dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu semester tertentu dalam satu tahun ajaran
- 5) Program tahunan, yaitu program yang akan dilaksanakan secara penuh untuk kurun waktu satu tahun tertentu dalam satu jenjang sekolah.⁴⁵

Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa kelima jenis program tersebut memiliki hubungan yang terkait satu sama lain. Pada program tahunan memiliki program semester didalamnya, pada program semester didalamnya memiliki program bulanan, dan seterusnya sampai dengan agenda yang terkecil.

f. Unsur-unsur yang Perlu Dipertimbangkan dalam program bimbingan dan konseling

Program bimbingan dan konseling untuk setiap periode disusun dengan memperhatikan unsur-unsur:

- 1) Kebutuhan siswa dan kebutuhan masyarakat/lingkungan yang diperoleh melalui assessment peserta didik dan assessment lingkungan. Data hasil assessment atau disimpan dalam instrumen pengumpul data. Data tersebut jika digunakan dapat segera diperoleh dengan cepat manakala data telah tersimpan
- 2) Jumlah siswa asuh yang wajib dibimbing
- 3) Guru pembimbing 150 orang (minimal) sampai 225 orang (maksimal) sesuai SKB Mendikbud dan Kepala BAKN No. 0433/P/1993 dan No. 25 tahun 1993. Kepala sekolah yang berasal dari guru pembimbing 40 orang, dan wakil kepala sekolah yang berasal dari guru pembimbing 75 orang
- 4) Bidang-bidang bimbingan: pribadi, sosial, belajar, dan karir

⁴⁵*Ibid*, h. 53.

- 5) Jenis-jenis layanan: layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi dan mediasi
- 6) Kegiatan pendukung: aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus
- 7) Volume kegiatan yang diperkirakan antara 4% s.d. 25% pada kegiatan berikut diatur secara proposional.
- 8) Frekuensi layanan: guru pembimbing dalam satu minggu wajib memberikan minimal sembilan kali kegiatan layanan bimbingan dan konseling
- 9) Lama kegiatan: setiap kegiatan (kegiatan layanan dan pendukung) berlangsung sesuai dengan kebutuhan
- 10) Waktu kegiatan: kegiatan layanan dan pendukung dilaksanakan pada:
 - a) Jam pelajaran sekolah, digunakan khusus untuk format klasikal
 - b) Diluar jam pelajaran sekolah sampai 50% dari seluruh kegiatan bimbingan dan konseling, sesuai dengan SK Mendikbud No. 025/O/1995 (lihat lampiran 1), untuk kegiatan format lapangan, kelompok, individual dan “politik”
- 11) Kegiatan khusus: pada semester pertama setiap tahun ajaran baru diselenggarakan layanan orientasi kelas/sekolah, dan himpunan data bagi siswa baru
- 12) Ekuivalensi: setiap kali penyelenggaraan jenis layanan/kegiatan pendukung bimbingan dan konseling diakui setara dengan 2 jam pelajaran. Dengan demikian guru pembimbing melaksanakan minimal sembilan kali layanan atau kegiatan pendukung yang setara dengan prosesnya.⁴⁶

Program bimbingan dan konseling dapat berjalan jika mengikuti pola perencanaan tertentu. Program bimbingan dan konseling disusun dan dikembangkan didasarkan atas pertimbangan bahwa program yang disusun harus memiliki tujuan, manfaat, unsur dan syarat dan tahap-tahap yang sesuai dengan penyusunan program bimbingan dan konseling.

⁴⁶*Ibid*, hh. 53-56.

B. Mereduksi Perilaku Merokok

1. Pengertian Mereduksi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mereduksi diartikan sebagai membuat pengurangan, potongan.⁴⁷ Yang dimaksud mereduksi disini yaitu cara mengurangi perilaku merokok yang dilakukan siswa di SMA Negeri 1 Bangunrejo. Adanya siswa yang melakukan pelanggaran di sekolah seperti merokok harus diberikan sebuah hukuman atau tindak lanjut dari guru BK di sekolah. Peran guru BK sangat penting untuk membimbing dan mereduksi perilaku merokok siswa dengan program yang telah dibuat.

2. Pengertian Perilaku Merokok

Perilaku manusia adalah aktivitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Aktivitas yang secara langsung dapat diamati pada remaja laki-laki adalah perilaku merokok. Perilaku merokok adalah perilaku yang dinilai sangat merugikan dilihat dari berbagai sudut pandang baik bagi diri sendiri maupun orang lain disekitarnya.⁴⁸

Merokok adalah salah satu kebiasaan atau pola hidup yang tidak sehat itu. Lebih lanjut dikemukakannya bahwa perilaku merokok tidak hanya

⁴⁷Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), ed. 3, cet. 4, h. 938.

⁴⁸Samrotul Fikriyah dan Yoyok Febrijanto, *op.cit.*

menyebabkan berbagai macam penyakit tetapi juga dapat memperberat sejumlah penyakit lainnya.⁴⁹

a. Rokok

Rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (bervariasi tergantung Negara) dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya yang dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya. Hingga saat ini, merokok sudah menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas dimasyarakat. Bahkan dikehidupan masyarakat, remaja dengan bebas dimanapun menghisap rokok. Hal tersebut sudah tidak lagi menjadi hal yang aneh dan menyimpang.⁵⁰

b. Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja

Alasan mengapa remaja merokok antara lain:

1) Pengaruh orang tua

Remaja perokok adalah anak-anak yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya, dibandingkan dengan remaja yang berasal dari lingkungan keluarga yang bahagia. Remaja yang berasal dari keluarga konservatif akan lebih sulit untuk terlibat dengan rokok

⁴⁹ Ari Tris Ochtia Sari, Neila Ramdhani, dan Mira Eliza, "Empati dan Perilaku Merokok Di Tempat Umum," *Jurnal Psikologi*, (2), 2003, h. 81.

⁵⁰ Muhammad Widiyansyah, "Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Remaja Perokok di Desa Sidorejo Kabupaten Penajam Paser Utara," *eJournal Sosiologi*, Vol. 2 (4), 2014, h. 15.

maupun obat-obatan dibandingkan dengan keluarga yang permisif, dan yang paling kuat pengaruhnya adalah bila orang tua sendiri menjadi figur. Contoh yaitu perokok berat, maka anak-anaknya akan mungkin sekali untuk mencontohnya. Perilaku merokok lebih banyak didapati pada mereka yang tinggal dengan satu orang tua (*single parent*).⁵¹

2) Pengaruh teman

Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Ada dua kemungkinan yang terjadi dari fakta tersebut, pertama remaja tersebut terpengaruh oleh teman-temannya atau sebaliknya.⁵²

3) Faktor kepribadian

Remaja mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Satu sifat kepribadian yang bersifat pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas social. Orang yang memiliki skor tinggi pada berbagai tes konformitas social lebih menjadi perokok dibandingkan dengan mereka yang memiliki skor yang rendah.⁵³

4) Pengaruh iklan

Melihat iklan dimedia massa dan elektronik dan menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambing kejantanan atau glamour,

⁵¹ *Ibid.*

⁵² *Ibid.*

⁵³ *Ibid.*

membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut.⁵⁴

Berdasarkan beberapa faktor di atas bahwa perilaku merokok pada remaja disebabkan oleh remaja itu sendiri yang mudah terpengaruh orang lain dan lingkungan sekitarnya. Seperti halnya teman, iklan kemudian jika remaja tersebut memiliki kepribadian mudah terpengaruh maka faktor-faktor penyebab remaja merokok akan lebih mudah mempengaruhi pikirannya.

c. Tahap-tahap dalam merokok yang berkaitan dengan sebuah proses sosialisasi

Ada empat tahap dalam merokok yang berkaitan dengan sebuah proses sosialisasi, yaitu:

- 1) Tahap Preparatory Seseorang mendapat gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat atau dari hasil bacaan. Hal ini menimbulkan minat untuk merokok.
- 2) Tahap Initiation Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah seseorang akan meneruskan atau tidak untuk merokok.
- 3) Tahap Becoming a smoker Apabila seseorang telah mengkonsumsi rokok sebanyak 4 batang per hari, maka mempunyai kecenderungan menjadi perokok.
- 4) Tahap Maintenance of smoking Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (self regulating). Merokok dilakukan dengan harapan memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan.⁵⁵

d. Bahaya Merokok

Dengan komponen utama adalah nikotin suatu zat berbahaya penyebab kecanduan, tar yang bersifat karsinogenic, dan CO yang dapat menurunkan kandungan oksigen dalam darah. Rokok juga dapat menimbulkan penyakit seperti jantung coroner, stroke, dan kanker.

⁵⁴*Ibid.*

⁵⁵Muh. Rafiq Salasa, Totok Rochana, dan Moh. Yasir Alimi, "Fenomena Siswa Perokok," *Journal of Education, Society and Culture*, Vol. 2 (1), 2013, h. 25.

Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia beracun dan bahan-bahan yang dapat menimbulkan kanker. Rokok juga dapat menyebabkan iritasi pada mata, hidung, tenggorokan, menstimulasi kambuhnya penyakit asma, kanker paru, gangguan pernafasan, dan batuk yang menghasilkan dahak.⁵⁶

Bahkan di Amerika, rokok dapat menyebabkan kematian lebih dari 400.000 orang, namun demikian setiap hari lebih dari 3000 anak dan remaja menjadi perokok. WHO memperkirakan separuh kematian di Asia dikarenakan tingginya peningkatan penggunaan tembakau. Angka kematian akibat rokok di Negara berkembang meningkat hamper 4 kali lipat. Pada tahun 2000 jumlah kematian akibat rokok sebesar 2,1 juta dan pada tahun 2030 diperkirakan menjadi 6,4 juta jiwa. Sedangkan di Negara maju kematian akibat rokok justru mengalami penurunan, yaitu dari 2,8 juta pada tahun 2000 menjadi 1,6 juta jiwa pada tahun 2030.⁵⁷



⁵⁶Ambarwati, et al., "Media Leaflet, Video dan Pengetahuan Siswa SD Tentang Bahaya Merokok," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 10 (1), 2014. h. 8.

⁵⁷*Ibid.*

BAB III

PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING SMA NEGERI 1 BANGUNREJO DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA

A. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

1. Sejarah Berdiri dan Letak Geografis Sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

SMA Negeri 1 Bangunrejo didirikan pada tahun 2003 yang pada awalnya hanya terdiri dari 1 unit bangunan (4 ruang), dengan peruntukan 3 ruang untuk kelas belajar dan 1 ruang dipergunakan untuk kantor sementara. Pada mulanya SMA Negeri 1 Bangunrejo masih filial dari SMA Negeri 1 Kalirejo, dan secara administrasi pengelolaannya di bawah pembinaan/berkoordinasi dengan SMA Negeri 1 Kalirejo dengan Pelaksana Tugas Harian, Drs. Sudiono. SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah berada pada titik kordinat Latitude : $50^{\circ} 06'$ dan $29,78''$ S, serta Longitude: $105^{\circ} 03'$ dan $21,76''$ E.¹

Secara Fisik Maupun Akademis/Non akademis SMAN 1 terus berbenah untuk dapat bersaing ditingkat Kabupaten maupun tingkat yang lebih tinggi lagi, dalam hal ini berbenah melengkapi bangunan dan sarana-sarana lain dan bidang Akademis maupun non akademis yang bekerja sama dengan pemerintah daerah, pusat orang tua/wali(komite sekolah) dan pihak-pihak lain yang mendukung kemajuan sekolah.²

¹Dikutip dari Dokumen SMA Negeri 1 Bangunrejo, Tahun 2016.

²*Ibid.*

Dalam dokumen ini dipaparkan tentang Kurikulum SMA Negeri 1 Bangunrejo, yang secara keseluruhan mencakup :

- a. Struktur dan muatan kurikulum
- b. Beban belajar peserta didik
- c. Kalender pendidikan
- d. Silabus
- e. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).³

2. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

Perkembangan dan tantangan masa depan seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, globalisasi yang sangat cepat, era reformasi, dan berubahnya kesadaran masyarakat dan orang tua terhadap pendidikan memicu sekolah untuk merespon tantangan sekaligus peluang itu. SMA Negeri 1 Bangunrejo memiliki citra moral yang menggambarkan profil sekolah yang diinginkan di masa datang yang diwujudkan dalam Visi sekolah berikut :

a. Visi SMA Negeri 1 Bangunrejo

Bertaqwa, Berpengetahuan, dan Berprestasi ciri-ciri:

- 1) Unggul dalam perolehan Nilai Ujian Akhir
- 2) Unggul dalam kegiatan apresiasi dan kreasi seni
- 3) Unggul dalam persaingan memasuki Perguruan Tinggi Negeri
- 4) Unggul dalam pertandingan olahraga prestasi

³*Ibid.*

5) Teladan dalam aktivitas keagamaan dan kehidupan sosial.⁴

b. Misi SMA Negeri 1 Bangunrejo

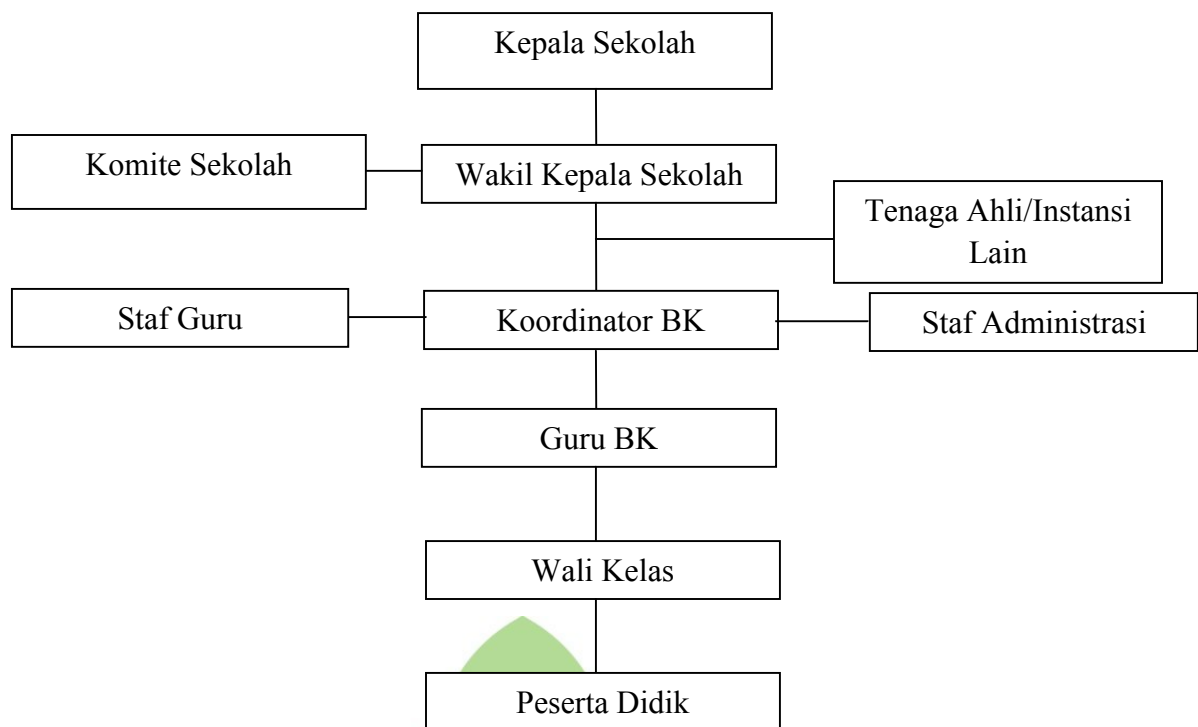
- 1) Meningkatkan profesionalisme pendidik
- 2) Meningkatkan kesejahteraan pendidik dan staf tenaga administrasi sekolah
- 3) Meningkatkan etos kerja pendidik dan staf tenaga administrasi sekolah
- 4) Meningkatkan perolehan rata-rata Nilai Ujian Akhir
- 5) Menciptakan situasi evaluasi yang berkesinambungan, terbuka, obyektif dan mendidik
- 6) Menerapkan manajemen aspiratif dan partisipatif dengan melibatkan seluruh komponen sekolah dan masyarakat
- 7) Meningkatkan sarana dan prasarana pendukung proses pembelajaran.⁵

3. Struktur Sekolah

Adapun struktur organisasi SMA Negeri 1 Bangunrejo disajikan pada gambar 3.1.

⁴Dikutip dari Dokumen SMA Negeri 1 Bangunrejo, Tahun 2016.

⁵*Ibid.*



Gambar 3.1
Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Bangunrejo.⁶

4. Program Kerja SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

a. Jangka Pendek

- 1) 90 % warga sekolah yang beragama Islam melaksanakan sholat dhuhur di sekolah
- 2) Nilai lulus setiap mata pelajaran program IPA: 7,00 dan program IPS: 7,00
- 3) Tim Olimpiade Sains/MIPA SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah mampu meraih peringkat 10 besar di Kabupaten Lampung Tengah

⁶Dikutip dari Dokumen Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Bangunrejo, Tahun 2016.

- 4) 10 % siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah mampu berkomunikasi dengan bahasa Inggris secara baik dan benar
- 5) Memiliki Tim Sepak Bola dan Tim Bola Voly yang mampu menjadi finalis tingkat SMA di Lampung Tengah
- 6) Menciptakan lingkungan sekolah: Bersih, Indah, Asri, Nyaman, dan Tertib
- 7) Seluruh pendidik mampu menyusun silabus dan alat penilaian berdasarkan kurikulum KTSP.⁷

b. Jangka Menengah

- 1) Memiliki fasilitas pembelajaran yang memadai
- 2) Melengkapi fasilitas Laboratorium IPA dan Perpustakaan
- 3) Memiliki Laboratorium Multimedia yang mendukung untuk kegiatan belajar anak didik
- 4) Memiliki Aula (Gedung serbaguna)
- 5) Adanya pagar sekolah yang dapat memberi keamanan dan kenyamanan seluruh warga sekolah dalam melakukan kegiatan belajar mengajar
- 6) Tersedianya media pendidikan yang diperlukan anak didik dan pendidik dalam kegiatan belajar mengajar
- 7) Seluruh pendidik mampu menyusun silabus dan alat pengujian yang berbasis kurikulum KTSP

⁷Dikutip dari Dokumen SMA Negeri 1 Bangunrejo, Tahun 2016.

- 8) Peningkatan sumber daya Pendidik dan Tenaga Kependidikan dalam bidang penggunaan teknologi ICT dan bilingual dalam proses pembelajaran di kelas
 - 9) Perolehan nilai rata-rata Ujian Akhir Nasional untuk seluruh Program:
7,50
 - 10) Terakreditasi A
 - 11) Komputerisasi administrasi
 - 12) Lulusan SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dapat diterima di Perguruan Tinggi Negeri minimal 50 % dari jumlah siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah yang mengikuti SPMB
 - 13) 40 % lulusan SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah mampu berkomunikasi dengan bahasa Inggris secara baik dan benar.⁸
- c. Jangka Panjang
- 1) Memiliki fasilitas pembelajaran yang lengkap
 - 2) Memiliki fasilitas Laboratorium IPA dan Perpustakaan yang lengkap
 - 3) Memiliki Laboratorium Multimedia yang lengkap untuk kegiatan belajar anak didik
 - 4) Memiliki media pendidikan yang lengkap yang di perlukan anak didik dan pendidik dalam kegiatan belajar mengajar
 - 5) Seluruh pendidik mampu menyusun silabus dan alat pengujian yang berbasis KTSP

⁸*Ibid.*

- 6) Peningkatan sumber daya Pendidik dan Tenaga Kependidikan dalam bidang penggunaan teknologi ICT dan bilingual dalam proses pembelajaran di kelas
- 7) Perolehan Nilai rata – rata Ujian Akhir Nasional untuk seluruh program :
8,00
- 8) Merintis sekolah standar nasional (SSN)
- 9) Komputerisasi administrasi
- 10) Lulusan SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dapat diterima di Perguruan Tinggi Negeri minimal 70 % dari jumlah siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah yang mengikuti SPMB
- 11) 80 % lulusan SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah mampu berkomunikasi dengan bahasa Inggris secara baik dan benar.⁹

5. Sarana dan Prasarana

SMA Negeri Bangunrejo telah definitif, penataan fisik mulai dikembangkan, yaitu pembangunan WC/Kamar Mandi Guru/Siswa secara permanen, lapangan bola volly, lapangan basket dan lapangan lompat jauh, laboratorium, laboratorium komputer, masjid, parkir dewan guru, serta parkir siswa. Saat ini SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah telah memiliki 24 (Dua Puluh Empat) ruang kelas belajar, laboratorium Fisika, laboratorium Kimia, Laboratorium Biologi, laboratorium Komputer, 1 (satu) ruang kantor dewan guru, 1 (satu) ruang perpustakaan, 1 (satu) ruang Laboratorium multimedia, 1 (satu) ruang BK/BP, 1 (satu) ruang UKS, 1

⁹*Ibid.*

ruang kantor kepala sekolah, 1 ruang wakil kepala sekolah, 1 ruang OSIS, 1 ruang untuk administrasi sekolah, 1 ruang gudang, 1 ruang dapur, 1 ruang koperasi sekolah, 13 wc siswa/siswi, 5 wc pendidik dan tenaga kependidikan, serta 1 Aula.¹⁰

6. Daftar Nama Guru BK

Adapun daftar nama dari guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah disajikan pada tabel 3.1.

Tabel 3.1
Daftar Nama Guru BK.¹¹

No	Nama	Pendidikan Terakhir
1	Subandi S. Pd	S1 Pendidikan Agama Islam
2	Mariska Monica Sidabutar S. Pd	S1 Pendidikan Bimbingan dan Konseling
3	Fatonah S. Pd	S1 Pendidikan Bimbingan dan Konseling

B. Program Bimbingan dan Konseling dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa

Program bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Bangunrejo merupakan salah satu strategi penting untuk membantu parasiswa menghadapi masa transisi kehidupan seperti sekarang ini. Intervensi pengembangan tugas-tugas perkembangan yang meliputi bidang pribadi, sosial, akademik/belajar, dan karir harus dimulai sejak dini dan secara kontinyu terus dikembangkan sampai masa dewasa. Melalui program pelayanan BK, siswa dapat dipersiapkan

¹⁰*Ibid.*

¹¹*Ibid.*

untuk mengatasi perubahan secara efektif, kemampuan kreativitas, fleksibilitas, dan adaptabilitas sehingga mampu menjadi pribadi efektif, sosial komunikatif, pelajar efektif, dan pekerja produktif di tengah-tengah kehidupan yang penuh dengan kompleksitas dan ambiguitas. Dalam konteks ini, para peserta didik harus dibekali kemampuan belajar dan fasilitas pengembangan diri secara sistematis, sistemik, cermat, tepat, dan komprehensif.

Program bimbingan dan konseling yang ada di SMA Negeri 1 Bangunrejo diberikan oleh guru BK untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Hal ini dilakukan untuk memberikan wawasan kepada siswa tentang bahaya merokok. Selain itu sebagai himbauan untuk siswa agar tidak merokok di dalam sekolah maupun lingkungan sekolah. Selain point yang diberikan guru BK juga berperan untuk mereduksi siswa-siswa yang sudah ketahuan merokok.

Bimbingan dan konseling dipandang penting karena dapat memberikan acuan kepada siswa agar tidak melanggar aturan-aturan yang ada di sekolah. Melalui program bimbingan dan konseling yang ada di SMA Negeri 1 Bangunrejo akan dapat mengurangi kebiasaan merokok siswa di area sekolah.

Perilaku merokok tidak disarankan bagi masyarakat pada umumnya, khususnya anak-anak dan remaja karena kandungan bahaya yang terdapat pada rokok, terutama jika dikonsumsi oleh anak-anak dan remaja maka bahayanya akan berlipat ganda. Tetapi di era sekarang ini, kecanggihan teknologi dan berbagai faktor yang mempengaruhi remaja merokok sulit dihindarkan bagi banyak remaja pada umumnya.

1. Latar Belakang Siswa Merokok

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan siswa yang bernama Krisdiyanto. Berikut kutipan wawancara penulis dengan siswa.

“saya sudah mulai mengenal rokok dari SMP yang bermula dari lingkungan sekitar yang rata-ratanya merokok. Sehingga muncul rasa ingin tahu saya bagaimana rasanya merokok. Tetapi saya belum pernah merokok didalam sekolah maupun lingkungan sekolah. Untuk orang tua saya sendiri sudah pernah mengetahui bahwa saya merokok, saya berhenti merokok hanya di depan orang tua tetapi jika diluar saya masih merokok karena pengaruh teman-teman lainnya. Respon orang tua saya saat mengetahui saya merokok diberi pengetahuan tentang bahaya merokok. Saya tahu bahaya dari merokok dan saya ada kemauan untuk berhenti tetapi sulit. Guru BK pernah memberikan program bimbingan dan konseling untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Tindakan guru BK untuk jika ketahuan merokok di sekolah yaitu pertama siswa dipanggil, kemudian diberikan bimbingan atau teguran, diberikan point dan kemudian diberikan sanksi”.¹²

Hal yang sama juga diungkapkan oleh siswa Irfan Indra Hakim.

“Saya mulai mencoba merokok saat SD karena mengikuti teman-teman dilingkungan. Yang saya rasakan saat merokok adalah enak, orang tua saya dirumah membiarkan saya untuk merokok sehingga sampai saat ini saya masih merokok. Saya pernah ketahuan merokok di sekolah dan diberikan point serta sanksi oleh guru BK dan guru BK memberikan bimbingan dan diarahkan agar berhenti merokok. Setelah saya diberikan arahan serta sanksi saya tidak berani untuk merokok disekolah lagi namun untuk berhenti total saya belum bisa”.¹³

Dari kedua narasumber tersebut penulis menyimpulkan bahwa kedua siswa tersebut sudah mengenal rokok mulai dari masuk ke masa remaja. Hal ini disebabkan kedua siswa diatas memiliki rasa ingin tau yang

¹²Krisdiyanto, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

¹³Irfan Indra Hakim, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

besar bagaimana rasa merokok dan terpengaruh oleh lingkungan sekitar terutama teman sebaya yang sudah mencoba merokok lebih dulu.

Kemudian begitu juga dengan pernyataan siswa Luxman Fatoni yang telah di wawancara. Berikut hasil wawancaranya:

*“Saya mulai merokok dari SMP karena pengaruh dari teman-teman yang merokok. Perasaan saat merokok yang saya rasakan adalah rasa nyaman. Respon orang tua membolehkan saya merokok tetapi jangan dalam jumlah yang banyak. Saya belum pernah merokok disekolah. Saya ada upaya untuk berhenti merokok dengan cara tidak bergabung dengan teman-teman yang merokok. Jika saya merokok dihadapan teman-teman yang tidak merokok mereka sering mengingatkan agar tidak dekat-dekat karena asap rokok sangat mengganggu”.*¹⁴

Begitu juga dengan wawancara penulis dengan siswa Muhlis Nurrohman yang dilakukan dengan hasil wawancara sebagai berikut.

*“Mulai merokok dari SMP, saya pernah merokok di SMP dan ketahuan guru BK. Saya merokok karena kecanduan. Saat di SMA belum pernah ketahuan guru BK. Orang tua saya sudah mengetahui bahwa saya merokok dan memberikan teguran dan nasehat. Saya mengetahui penyakit-penyakit yang diakibatkan karena merokok tetapi untuk berhenti merokok sangat sulit bagi saya. Guru BK pernah memberikan program bimbingan dan konseling untuk mengurangi perilaku merokok siswa.”*¹⁵

Dari kedua narasumber diatas penulis menyimpulkan bahwa kedua siswa tersebut merasa nyaman saat merokok sehingga timbul kecanduan untuk merokok. Orang tua masing-masing siswa pun tidak terlalu tegas dalam menyikapi anak remajanya yang mulai kecanduan merokok. Sehingga menyebabkan kegelisahan atau ketidaknyamanan ketika tidak merokok.

¹⁴Luxman Fatoni, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

¹⁵Muhlis Nurrohman, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

Penulis melakukan wawancara dengan siswa Yuda Eriyanto dengan hasil sebagai berikut.

“Saya merokok saat kelas VIII dan IX. Mulai masuk SMA saya berhenti untuk merokok karena saya mengetahui bahaya merokok serta efek lainnya. Dulu saya merokok karena menurut teman-teman saya jika tidak merokok maka tidak gaul. Saya pernah ketahuan orang tua dan diberikan nasehat. Perasaan saya ketika merokok saat itu saya rasakan adalah rasa senang dan tenang. Disekolah pernah diberikan program-program dari guru BK untuk mengurangi merokok. Jika ketahuan merokok maka diberikan sanksi berupa point”.¹⁶

Hasil wawancara dengan siswa Junaidiyansyah adalah sebagai berikut.

“Saya pernah merokok di SMA karena faktor dari teman-teman lalu saya ketagihan sampai sekarang. Saya pernah merokok di lingkungan sekolah pada saat menggunakan seragam dan bahkan saya pernah merokok didalam kelas lalu ketahuan dan saya di panggil guru BK. Tindakan guru BK saat itu adalah memberikan bimbingan mengenai bahaya merokok serta memberikan pengetahuan untuk berhenti merokok. Dan kemudian saya diberi sanksi berupa point”.¹⁷

Dari kedua narasumber tersebut penulis menarik kesimpulan bahwa siswa tersebut merokok dikarenakan lingkungan teman-teman yang merokok. Hal tersebut membuat dampak yang kurang baik karena mereka hanya melihat, mengikuti tanpa mengetahui dampak negatif yang ditimbulkan dari merokok.

Wawancara dilakukan kepada siswa Stevanus Aditya Aji Pangestu yaitu dengan hasil sebagai berikut.

¹⁶Yuda Eriyanto, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

¹⁷Junaidiyansyah, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

*“Saya mulai merokok dari SMP karena pengaruh teman. Di SMA saya pernah ketahuan merokok oleh guru BK saat melukan sidak di kantin. Saya juga pernah merokok diluar saat menggunakan seragam dan ketahuan oleh salah satu guru dan dilaporkan oleh guru BK. Setelah diberikan pengarahan oleh guru BK kemudian saya ada keinginan untuk mengurangi berokok dengan cara jarang kumpul dengan teman-teman yang merokok”.*¹⁸

Hasil wawancara yang terakhir dengan siswa Ilham Fahrudin Yahya yaitu sebagai berikut.

*“Saya merokok dari SMP dan saat ini sudah berhenti. Dulu saya merokok hanya mencoba-coba mengikuti teman. Yang saya rasakan saat merokok adalah rasa pusing tetapi saya tidak pernah merokok didepan teman-teman karena saya menghormati teman yang tidak merokok. Saya juga mengetahui bahaya dari merokok jadi saya memutuskan untuk tidak merokok lagi”.*¹⁹

Dari kedua narasumber tersebut penulis menyimpulkan bahwa siswa merokok mulai dari SMP, mencoba-coba hal-hal yang baru dan terpengaruh karena teman pergaulan.

Berdasarkan keseluruhan wawancara yang telah dilakukan dengan siswa bahwa program bimbingan dan konseling sangat berperan penting dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah, karena dengan adanya program yang diberikan oleh guru BK akan mengurangi kebiasaan merokok siswa diarea sekolah. Program yang diberikan oleh guru BK dapat membimbing serta mengarahkan siswa agar terhindar dari rokok karena rokok membahayakan bagi diri siswa dan lingkungan sekitarnya.

¹⁸Stevanus Aditya Aji Pangestu, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

¹⁹Ilham Fahrudin Yahya, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

2. Program yang Diberikan oleh Guru BK

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada seluruh guru BK, maka inilah hasil wawancaranya adalah sebagai berikut.

“Wawancara dengan ibu Mariska Monica Sidabutar, bahwa guru BK memiliki program tahunan di beberapa bidang, salah satunya untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Program yang dilakukan yaitu melakukan bimbingan dengan cara memanggil siswa yang ketahuan merokok di sekolah keruang BK kemudian memberikan pengarahan tentang dampak negatif dari merokok. Setelah diberikan pengarahan siswa akan diberikan efek jera agar dapat mengurangi kebiasaan merokok yaitu dengan memberikan poin pelanggaran yang tertera dalam buku kendali siswa. Bu Mariska juga menjelaskan proses pemanggilan bagi siswa yang ketahuan merokok yaitu pertama siswa dipanggil lalu diarahkan, jika siswa masih tetap melanggar maka akan dipanggil orang tuanya dan dibuat surat perjanjian. Bahkan akan diberikan sanksi sosial berupa hukuman untuk merokok 5 batang sekaligus dan dilihat oleh siswa maupun guru di sekolah.

Guru BK juga melakukan program penyuluhan yang bekerjasama dengan puskesmas dan kapolsek untuk melakukan pembinaan. Tindakan terakhir guru BK apabila siswa sudah melanggar dan melebihi poin-poin yang terdapat dalam buku kendali, maka akan dipulangkan kepada orang tuanya”²⁰.

Berdasarkan wawancara dengan ibu Mariska bahwa guru BK memiliki program untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo. Program-programnya adalah sebagai berikut.

a. Memanggil siswa keruang BK.

Siswa yang ketahuan merokok akan dipanggil keruang BK dan akan diberikan bimbingan, arahan oleh guru BK. Kemudian siswa akan diberi poin sesuai dengan pelanggaran yang dilakukan yang tertera dalam buku kendali siswa.

²⁰Mariska Monica Sidabutar, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

b. Pemberian *Punishment* (hukuman).

Siswa akan diberikan hukuman berupa merokok 5 batang sekaligus yang dilihat oleh siswa dan guru sekolah.

c. Pemberian penyuluhan dan pembinaan.

Penyuluhan dan pembinaan dilakukan yang bekerjasama dengan Puskesmas dan Kapolsek Bangunrejo.

*“Selanjutnya wawancara dengan ibu Fatonah, bahwa guru BK memiliki program untuk mereduksi perilaku merokok dengan memanggil siswa yang ketahuan keruang BK kemudian ditanya, diproses dan diberikan peringatan tentang bahaya merokok. Selanjutnya jika masih melakukan hal yang sama yaitu merokok diarea sekolah maka akan diproses sesuai dengan peraturan dari guru BK dengan memanggil orang tua, lalu diberikan surat perjanjian, lalu sampai tindakan terakhir yaitu dikembalikan kepada orang tuanya”.*²¹

Berdasarkan wawancara dengan ibu Fatonah bahwa guru BK memiliki program untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo. Program-programnya adalah sebagai berikut.

1) Memanggil siswa keruang BK.

Siswa yang ketahuan merokok akan dipanggil keruang BK dan akan diberikan bimbingan, arahan oleh guru BK. Kemudian siswa akan diberi poin sesuai dengan pelanggaran yang dilakukan yang tertera dalam buku kendali siswa.

2) Pemberian hukuman tindak lanjut.

Siswa yang telah menerima peringatan tetapi masih melakukan hal yang sama merokok diarea sekolah maka akan diberikan surat

²¹Fatonah, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

perjanjian, lalu sampai tindakan akhir yaitu dikembalikan kepada orang tua.

Program-program ini juga diperkuat wawancara dengan Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo Bapak Achmad Syarief Hamka (informan) mengenai program dari guru BK. Hasil wawancaranya adalah sebagai berikut.

*“Program bimbingan dan konseling untuk mereduksi perilaku merokok siswa sudah dibuat dan diterapkan. Saya sendiri yang telah menyetujui program bimbingan dan konseling yang telah dibuat oleh guru BK untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Salah satu dari program bimbingan dan konseling yang diberikan guru BK adalah pemberian hukuman berupa hukuman untuk membuat jera siswa yang ketahuan merokok disekolah maupun lingkungan sekolah”.*²²

Berdasarkan wawancara dengan Bapak Achmad Syarief Hamka bahwa program bimbingan dan konseling yang dibuat dan diterapkan oleh guru BK telah disetujui dan diberi dukungan langsung untuk mereduksi perilaku merokok siswa.

“Wawancara yang terakhir yaitu Bapak Subandi, bahwa guru BK memiliki program dengan sanksi yang cukup berat bagi siswa yang melakukan pelanggaran merokok. Program bimbingan yang dilakukan yaitu dengan memberikan poin 50 untuk 1x pelanggaran merokok, kemudian ada sanksi tegas apabila masih merokok diarea sekolah yaitu langsung dikeluarkan oleh pihak sekolah atau diberikan skorsing, sanksi yang sangat berat yaitu dikembalikan ke orang tuanya. Program bimbingan yang lain dengan bekerjasama dengan puskesmas dan kepolisian untuk melakukan penyuluhan. Penyuluhan dari kepolisian dilakukan 3 bulan sekali.

Program konseling yang diberikan yaitu membuat pekerjaan rumah berupa skema catatan khusus dengan tujuan mencatat berapa kali siswa mengurangi rokok dalam sehari semalam. Kemudian dinilai dan dikumpulkan perminggu untuk menghilangkan kebiasaan merokok yang

²²Achmad Syarief Hamka, Wawancara dengan Penulis, Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

dibahas melalui konseling individu ataupun konseling kelompok. Dan berkolaborasi dengan orang tua siswa untuk melakukan pengawasan agar siswa dapat mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan merokok.

*Strategi yang digunakan yaitu melakukan pengawasan, melakukan kerjasama dengan orang luar/guru dikelas, melalui bantuan kawan, dan memasang kamera cctv diruang kelas”.*²³

Berdasarkan wawancara dengan bapak Subandi bahwa guru BK memiliki program untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo. Program-programnya adalah sebagai berikut.

a) Pemberian sanksi.

Sanksi yang diberikan yaitu berupa poin sebanyak 50 untuk 1x merokok. Hal ini akan membuat efek jera bagi siswa yang melakukan pelanggaran.

b) Diberikan skorsing.

Siswa yang telah mendapatkan poin karena merokok akan diberikan sanksi yang lebih tegas yaitu skorsing apabila masih melakukan hal yang sama.

c) Pemberian penyuluhan dan pembinaan.

Penyuluhan dan pembinaan dilakukan yang bekerjasama dengan Puskesmas dan Kapolsek Bangunrejo. Dimaksudkan untuk memberikan wawasan kepada siswa tentang bahaya merokok.

²³Subandi, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

d) Membuat catatan khusus bagi siswa yang merokok.

Siswa diberikan pekerjaan rumah berupa membuat skema catatan khusus yang bertujuan untuk mencatat berapa kali siswa mengurangi rokok dalam sehari semalam.

Dari ketiga wawancara yang dilakukan dengan guru BK maka penulis menyimpulkan bahwa masing-masing guru BK mempunyai program untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah. Dengan adanya program yang dibuat akan memudahkan guru BK untuk mengawasi serta mengarahkan siswa agar terhindar dari kebiasaan merokok.

3. Metode Bimbingan dan Konseling

Program bimbingan dan konseling untuk mengurangi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo juga memberikan wawasan serta pengetahuan kepada siswa tentang bahaya merokok. Selain itu dengan adanya program dari guru BK diharapkan akan tercipta sekolah yang bebas dari rokok. Karena rokok sangat berbahaya dampaknya bukan hanya pengkonsumsi rokok itu sendiri tetapi juga orang-orang disekitarnya..

Oleh karena itu, guru BK memiliki peran yang sangat penting untuk dapat melakukan proses bimbingan dan konseling. Dalam melakukan proses bimbingan dan konseling guru BK memiliki metode yang digunakan untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan wawasan dan pengetahuan tentang bahaya perilaku merokok pada siswa. Metode yang digunakan adalah sebagai berikut.

a. Metode Diskusi dan Tanya Jawab

“Metode ini digunakan oleh guru BK untuk menggali permasalahan yang ada pada diri siswa yang mengkonsumsi rokok di area sekolah.

*Dengan metode ini, maka permasalahan tentang merokok yang dilakukan siswa akan berjalan sesuai tujuan yang ingin dicapai yaitu berkurangnya perilaku merokok siswa. Pada metode ini saya memberikan arahan, bimbingan serta solusi kepada siswa yang merokok di sekolah”.*²⁴

Begitupun wawancara yang dilakukan dengan Ibu Mariska.

*“Saya juga menggunakan metode diskusi dan tanya jawab ini sebagai salah satu cara untuk mereduksi siswa-siswa yang merokok. Saya juga memberikan arahan serta bimbingan tentang dampak negatif yang ditimbulkan karena merokok”.*²⁵

b. Metode Konseling Kelompok

*“Metode ini saya gunakan untuk membantu siswa dalam suasana kelompok dan memberikan kemudahan dalam perkembangan siswa tersebut. Selain bersifat pencegahan konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan, maksudnya adalah dapat mengubah kebiasaan buruk siswa bahkan dapat mencegah siswa untuk tidak merokok lagi di area sekolah”.*²⁶

Berdasarkan wawancara dengan ketiga guru BK dapat disimpulkan bahwa masing-masing guru BK mempunyai metode atau cara dalam melakukan program bimbingan dan konseling untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Metode tersebut yaitu metode diskusi dan tanya jawab, dan metode konseling kelompok. Metode diskusi dilakukan dengan cara

²⁴Fatonah, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

²⁵Mariska Monica Sidabutar, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

²⁶Subandi, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

tatap muka langsung antara guru BK dengan siswa. Sedangkan metode konseling kelompok dilakukan dengan cara berkelompok.

4. Hasil Program

Dari pelaksanaan program bimbingan dan konseling yang telah dilakukan oleh seluruh guru BK maka didapat hasil sebagai berikut.

“Berdasarkan pelaksanaan program-program oleh guru BK, maka hasil dari program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo yaitu sebagai berikut.
a. Siswa akan mengetahui serta memahami bahaya dari merokok.
*b. Berkurangnya perilaku merokok siswa diarea sekolah”.*²⁷

Dari wawancara yang dilakukan dengan Bapak Subandi bahwa hasil yang didapat dari pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa yaitu mengajak siswa untuk mengetahui bahaya dari merokok dan membimbing serta mengarahkan siswa untuk mengurangi kebiasaan merokok terutama diarea sekolah.

Hasil program bimbingan dan konseling dari guru BK juga diperkuat oleh wawancara yang dilakukan dengan Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo Bapak Achmad Syarief Hamka (informan). Hasil wawancaranya sebagai berikut.

*“Setelah diterapkan program bimbingan dan konseling oleh guru BK terhadap siswa untuk mengurangi perilaku merokok, hasil yang diperoleh dari program tersebut sangat terlihat seperti siswa telah mengetahui dan mengerti bahaya dari merokok dan kebiasaan merokok siswa yang sudah mulai dikurangi oleh siswa itu sendiri. Oleh sebab itu saya sangat mendukung program yang diberikan guru BK”.*²⁸

²⁷ *Ibid.*

²⁸ Achmad Syarief Hamka, Wawancara dengan Penulis, Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

Dari wawancara dengan Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo Bapak Achmad Syarief Hamka bahwa hasil dari program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok diapresiasi oleh Bapak Achmad Syarief Hamka dan mendapat dukungankarena hasil program yang diperoleh sangat baik.

Hasil program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa yang dilakukan oleh guru BK memberikan efek bagi siswa. Efeknya yaitu sebagai berikut.

*“Guru BK sudah memberikan program dan bimbingan untuk mengurangi perilaku merokok terutama bagi saya. Dan setelah diberikan arahan dari guru BK saya jadi mengetahui bahaya-bahaya merokok bagi kesehatan dan saya sudah mulai mengurangnya dari sekarang, bahkan saya akan berhenti untuk tidak merokok”.*²⁹

Hal yang sama juga diungkapkan oleh siswa lainnya yaitu Irfan Indra Hakim.

*“Dengan program yang dilakukan guru BK, saya mulai mengetahui bahaya merokok dan penyakit apa saja yang dapat disebabkan karena rokok. Dari situ saya akan mulai mengurangi merokok bahkan perlahan-lahan berhenti merokok”.*³⁰

Dari kedua wawancara dengan siswa tersebut penulis menyimpulkan bahwa siswa mulai mengurangi merokok karena mengetahui bahwa merokok sangat berbahaya bagi kesehatan siswa, bahkan siswa akan berhenti total dari merokok tersebut.

²⁹Krisdiyanto, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

³⁰Irfan Indra Hakim, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

Kemudian begitu juga dengan pernyataan siswa Luxman Fatoni yang telah di wawancara.

“Setelah saya diberikan bimbingan dan arahan oleh guru BK, saya merasa menyesal karena merokok. Setelah saya pikir merokok sangat berbahaya bagi kesehatan, terutama bagi diri saya. Dari situ saya berniat untuk mengurangi kebiasaan merokok pelan-pelan bahkan saya berniat untuk berhenti merokok”.³¹

Begitu juga wawancara penulis dengan siswa Muhlis Nurrohman dengan hasil wawancara sebagai berikut.

“Setelah saya mendapatkan program bimbingan dan konseling dari guru BK saya berniat untuk mengurangi kebiasaan merokok. Dulu saya tidak memikirkan bahaya dari merokok buat kesehatan saya, dan setelah saya mengetahui dampak-dampaknya saya berniat dengan tekad untuk berhenti merokok. Ternyata rokok sangat berbahaya bagi kesehatan”.³²

Dari kedua wawancara dengan siswa tersebut bahwa kedua siswa berniat untuk mengurangi kebiasaan merokok yang sering mereka lakukan. Hal ini dikarenakan kedua siswa tersebut mengetahui bahaya-bahaya merokok, terutama bagi kesehatan mereka. Mereka juga berniat untuk berhenti dan tidak merokok lagi karena banyak penyakit yang disebabkan karena rokok.

Wawancara yang dilakukan dengan siswa Yuda Eriyanto dengan hasil sebagai berikut.

“Dengan adanya program yang diberikan guru BK, sangat bermanfaat bagi saya. Karena dengan program tersebut saya bisa tahu ternyata merokok itu bahayanya sangat besar. Saya berniat untuk mengurangi bahkan berhenti total dari merokok. Saya berniat berhenti

³¹Luxman Fatoni, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

³²Muhlis Nurrohman, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

*merokok tidak hanya di sekolah saja tapi juga diluar sekolah setelah saya tahu bahaya rokok melalui pengarahan yang diberikan oleh guru BK”.*³³

Hasil wawancara dengan siswa Ilham Fahrudin Yahya adalah sebagai berikut.

*“Saat ini saya sudah berhenti merokok. Setelah saya mendapatkan program bimbingan dan konseling dari guru BK, saya lebih mengetahui betapa bahayanya rokok. Dari situ saya memutuskan untuk tidak merokok lagi dan berhenti total”.*³⁴

Dari wawancara dengan kedua siswa di atas bahwa mereka berniat untuk mengurangi kebiasaan merokoknya. Siswa tersebut juga berniat untuk berhenti total dan menjauhi rokok karena mereka sekarang mengetahui bahaya dan penyakit yang disebabkan karena merokok.

Wawancara juga dilakukan kepada siswa Stevanus Aditya Aji Pangestu dengan hasil sebagai berikut.

*“Guru BK telah memberikan program bimbingan dan konseling, saya berniat untuk tidak merokok di area sekolah, tapi saya masih merokok di luar sekolah. Karena ketika di sekolah saya takut terkena poin”.*³⁵

Begitu juga wawancara yang dilakukan dengan siswa Junaidiyansyah yaitu sebagai berikut.

*“Dengan program yang diberikan oleh guru BK saya akan mengurangi kebiasaan merokok di sekolah. Tetapi diluar sekolah saya masih merokok karena teman-teman saya banyak yang merokok. Di sekolah saya berniat untuk tidak merokok lagi, namun ketika diluar sulit”.*³⁶

³³Yuda Eriyanto, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 29 Maret 2017.

³⁴Ilham Fahrudin Yahya, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

³⁵Stevanus Aditya Aji Pangestu, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

³⁶Junaidiyansyah, Wawancara dengan Penulis, Siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo 31 Maret 2017.

Dari wawancara dengan kedua siswa tersebut bahwa siswa telah mengurangi kebiasaan merokoknya di sekolah, tetapi masih merokok diluar sekolah. Hal ini karena faktor teman-teman mereka yang masih banyak mengkonsumsi rokok ketika sedang berkumpul diluar sekolah.

C. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa

Pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo sudah cukup efektif. Sebuah program tidak terlepas dari faktor pendukung dan penghambat. Begitu pula dengan program bimbingan dan konseling di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo. Berikut adalah faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

1. Faktor Pendukung

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa, guru BK memiliki faktor pendukung dalam melaksanakan program tersebut. Faktor pendukungnya adalah sebagai berikut.

“Faktor pendukungnya ada beberapa disini, saya sebutkan faktor-faktornya yaitu guru Bknya mempunyai kemampuan yang memadai, cara penyampaian kepada siswa bahasanya mudah dimengerti, kemudian dipasang cctv dikelas”.³⁷

³⁷Subandi, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

Hasil wawancara dengan Ibu Mariska yaitu sebagai berikut.

*“Faktor pendukung dalam pelaksanaan program ini ada, yaitu guru BK harus mempunyai keterampilan dan kemampuan yang bagus, dan penyampaian bahasa dalam proses bimbingan dan konseling mudah dimengerti oleh siswa”.*³⁸

Begitu juga wawancara yang dilakukan dengan Ibu Fatonah.

*“Kalau faktor pendukungnya yaitu cara penyampaian dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh siswa, pemasangan cctv, serta pastinya kemampuan guru BK yang kompeten”.*³⁹

Berdasarkan ketiga wawancara yang dilakukan dengan guru BK bahwa guru BK memiliki faktor pendukung dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Faktor-faktor pendukungnya adalah sebagai berikut.

a. Guru BK yang cukup kompeten

Guru BK yang berkompeten adalah seorang pembimbing yang memiliki wawasan yang luas dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya tentang mereduksi perilaku merokok pada siswa.

b. Metode penyampaian yang sederhana

Metode yang disampaikan oleh guru BK menggunakan metode diskusi dan tanya jawab berdasarkan pengalaman dan wawasan yang dimiliki oleh guru BK. Dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh siswa membuat suasana proses bimbingan dan konseling tenang dan nyaman.

³⁸Mariska Monica Sidabutar, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

³⁹Fatonah, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

c. Pemasangan cctv dikelas oleh pihak sekolah

Pemasangan cctv dilakukan untuk mengawasi setiap aktivitas siswa dikelas, sehingga guru akan lebih mendapat informasi siswa dikelas.

2. Faktor Penghambat

Selain faktor pendukung, guru BK juga mempunyai faktor penghambat pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Berikut adalah faktor-faktor penghambatnya.

*“Kalau hambatan pasti ada dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling, hambatannya berada pada kesadaran diri siswa itu sendiri dan pantauan orang tua yang terbatas”.*⁴⁰

Berikut hasil wawancara dengan Bapak Subandi.

*“Faktor penghambatnya ada dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling ini, yaitu terbatasnya pantauan dan pengawasan siswa diluar sekolah”.*⁴¹

Begitu juga wawancara dengan Ibu Fatonah dengan hasil wawancara sebagai berikut.

*“Faktor penghambatnya yaitu siswanya kurang memiliki keinginan untuk berhenti merokok dan juga pantauan yang terbatas dari orang tua mengenai siswa diluar sekolah”.*⁴²

⁴⁰Mariska Monica Sidabutar, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

⁴¹Subandi, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

⁴²Fatonah, Wawancara dengan Penulis, Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo, Bangunrejo, 29 Maret 2017.

Berdasarkan wawancara dengan ketiga guru BK di atas bahwa guru BK memiliki faktor yang menghambat pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Faktor- faktor tersebut adalah sebagai berikut.

- a. Kurangnya kesadaran diri untuk merubah pola pikir mengenai bahaya merokok dan siswa itu sendiri kurang memiliki keinginan untuk mengurangi bahkan berhenti merokok.
- b. Terbatasnya pantauan orang tua dan guru terutama guru BK mengenai perilaku merokok siswa diluar sekolah.



BAB IV

PELAKSANAAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA

A. Tahap Perencanaan Bimbingan dan Konseling

Pra pelaksanaan atau perencanaan merupakan bagian yang penting dari langkah suatu pola pengajaran. Setiap usaha apapun, akan dapat berjalan secara efektif dan efisien jika sebelumnya sudah direncanakan secara matang. Karena perencanaan secara matang dalam penyelenggaraan segala kegiatan akan berjalan lebih terarah dan teratur. Di samping itu perencanaan juga memungkinkan dipilihnya tindakan yang sesuai dengan situasi dan kondisi.

Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah berusaha mewujudkan generasi muda yang bebas dari rokok dengan memberikan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah. Program yang dibuat oleh guru BK sangat membantu siswa untuk mengurangi perilaku merokok siswa itu sendiri.

Dilihat dari fakta yang telah penulis jelaskan pada bab sebelumnya, bahwa sebelum melakukan pelaksanaan bimbingan dan konseling harus ditentukan tujuan yang ingin dicapai. Selanjutnya dapat dijelaskan bahwa dalam perencanaan bimbingan dan konseling ini guru BK memiliki tujuan untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah. Dalam proses perencanaan juga dijelaskan bahwa dalam melaksanakan bimbingan dan

konseling harus menentukan strategi ataupun tindakan yang dapat digunakan untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah.

Hal tersebut dibuktikan dengan temuan yang penulis dapati ketika guru BK akan melaksanakan bimbingan dan konseling, sebelum proses tersebut dilakukan guru BK telah menentukan tujuan dari program bimbingan dan konseling yang ingin dicapai yaitu mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa guru BK telah memiliki strategi-strategi program yang digunakan dalam proses bimbingan dan konseling tersebut.

Dilihat dari teori yang ada di Bab II bahwa terdapat jenis-jenis layanan bimbingan dan konseling, salah satunya yaitu layanan konseling individual yang menjelaskan bahwa siswa/klien dapat memahami permasalahan yang dialami, serta kemungkinan untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.

Hal ini juga diperkuat dengan adanya penemuan yang penulis lakukan di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah bahwa siswa diberikan layanan konseling individual yaitu arahan oleh guru BK lalu siswa mengetahui permasalahan yang dihadapi. Kemudian guru BK melakukan konseling dengan memberikan program bimbingan dan konseling yang telah dibuat untuk mengurangi perilaku merokok siswa di sekolah. Setelah diberikannya program tersebut oleh guru BK, siswa akan merubah perilaku buruknya tersebut dan dapat mengatasi masalah yang dihadapinya

Dalam sebuah proses bimbingan dan konseling terdapat azas-azas bimbingan dan konseling. Berdasarkan teori yang dijelaskan di Bab II bahwa

terdapat azas bimbingan dan konseling yaitu azas kerahasiaan dan azas keterbukaan. Azas kerahasiaan menjelaskan tentang dirahasiakannya semua data keterangan tentang siswa yang menjadi sasaran layanan dan tidak boleh diketahui oleh orang lain. Sedangkan azas keterbukaan menjelaskan kesediaan dalam menerima saran dan masukan dan kesediaan diri untuk kepentingan pemecahan masalah.

Kaitannya dengan itu, penulis menemukan bahwa dalam proses bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah antara guru BK dan siswa menggunakan dua azas bimbingan dan konseling yaitu azas kerahasiaan dan azas keterbukaan. Azas kerahasiaan dilakukan guru BK setelah adanya perjanjian untuk tidak menyebarkan masalah yang dihadapi oleh siswa. Data yang diperoleh guru BK dari siswa sangat dijaga dengan baik karena untuk memperlancar proses bimbingan dan konseling, karena data siswa merupakan data pribadi yang didapat dari keterangan siswa. Sedangkan azas keterbukaan yaitu siswa akan membuka diri dan menceritakan semua permasalahan yang dihadapi kepada guru BK di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah mengenai masalah yang dihadapinya tanpa ada hal yang ditutupi. Dalam hal ini siswa akan diberikan saran oleh guru BK dan solusi berupa program bimbingan dan konseling yang dibuat untuk mengurangi perilaku merokoknya di sekolah.

Dalam program bimbingan dan konseling, yang sudah dijelaskan pada Bab II bahwa terdapat tujuan dan manfaat penyusunan program. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apa tujuan dan manfaat disusunnya program bimbingan dan konseling di sekolah.

Hal ini diperkuat dengan penemuan penulis di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah bahwa guru BK telah mempunyai tujuan dan manfaat penyusunan program bimbingan dan konseling di sekolah. Berdasarkan data dari lapangan bahwa tujuan penyusunan program bimbingan dan konseling yang dilakukan guru BK yaitu agar proses kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah dapat berjalan secara efektif dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah, hal ini dimaksudkan agar siswa terhindar dari penyakit yang disebabkan oleh rokok. Sedangkan manfaat penyusunan program bimbingan dan konseling yang dilakukan guru BK yaitu siswa akan mendapat pelayanan bimbingan dan konseling secara seimbang dan menyeluruh. Dengan pengalaman yang diperoleh guru BK akan sangat berguna untuk memberikan wawasan yang luas kepada siswa.

Program bimbingan dan konseling yang diberikan guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dilakukan di ruang BK yang berada di area sekolah. Pemberian bimbingan dan konseling dilakukan secara *face to face* atau tatap muka antara guru BK dengan siswa. Program tersebut diberikan ketika siswa mendapat panggilan karena pelanggaran merokok yang dilakukan di sekolah dan menjadi program dari guru BK. Dengan materi pengarahan

yang guru BK berikan kepada siswa akan membantu menambah wawasan tentang bahaya yang disebabkan karena merokok.

Tahapan sebelum melaksanakan program bimbingan dan konseling untuk mereduksi perilaku merokok siswa telah sesuai dengan yang ditetapkan oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah yang menjadi bahan data mengungkapkan tahapan sebelum dilakukan program bimbingan dan konseling demikian sama seperti yang diungkapkan oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah. Terdapat kesamaan antara jawaban siswa satu dengan siswa lainnya yang telah melaksanakan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa yang artinya tahapan atau proses program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa telah berjalan dengan baik.

Program bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah kepada siswa, merupakan suatu pemberian bantuan kepada siswa yang dilakukan secara sistematis dalam memecahkan masalah, dan pemberian informasi tentang bahaya-bahaya yang disebabkan karena merokok. Tujuan diselenggarakannya program bimbingan dan konseling ini adalah untuk mengurangi perilaku merokok yang dilakukan siswa di sekolah maupun lingkungan sekolah. Selain itu tujuan program bimbingan dan konseling ini yaitu memberikan wawasan, pengetahuan kepada siswa tentang bahaya merokok. Setelah mendapatkan materi tentang bahaya

merokok, siswa akan mengurangi perilaku merokok yang dilakukan di sekolah maupun lingkungan sekolah.

Sudah dijelaskan pada teori Bab II bahwa dalam penyusunan program bimbingan dan konseling terdapat unsur dan syarat-syaratnya. Hal ini dimaksudkan untuk memudahkan proses pelaksanaan program bimbingan dan konseling. Unsur dan syarat-syarat tersebut kemudian dijadikan isi program bimbingan dan konseling yang berguna untuk kebutuhan siswa.

Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah telah menjelaskan unsur-unsur yang ada dalam penyusunan program bimbingan dan konseling, yang meliputi kebutuhan siswa, jumlah siswa yang dibimbing jenis layanan dan jenis bidang bimbingannya, serta frekuensi layanan terhadap siswa. Sedangkan dijelaskan juga bahwa syarat penyusunan program bimbingan dan konseling oleh guru BK di SMA Negeri Bangunrejo Lampung Tengah sudah terpenuhi dan akan menjadi isi dari program bimbingan dan konseling di sekolah.

Pada Bab II juga dijelaskan adanya tahap-tahap penyusunan program bimbingan dan konseling. Hal ini digunakan untuk memperlancar keterlaksanaan program bimbingan dan konseling. Tahap-tahap penyusunan program dilakukan agar bimbingan dan konseling sesuai dengan tahap-tahap yang disusun dari awal sampai akhir.

Kaitan dengan hal tersebut, bahwa bahwa guru BK di SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah telah menyusun tahap-tahap program

bimbingan dan konseling. Tahap-tahap yang disusun tersebut akan membantu guru BK melaksanakan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa.

Dalam tahap perencanaan ini guru BK telah mempersiapkan dan membuat strategi program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Strategi program bimbingan dan konseling tersebut tersebut yang nantinya akan membantu siswa agar dapat mengurangi perilaku merokoknya di sekolah maupun lingkungan sekolah.

Pada Bab II juga dijelaskan bahwa terdapat jenis-jenis program yang ada di sekolah. Program tersebut saling berhubungan antar yang satu dengan yang lainnya. Berdasarkan data yang diperoleh dari lapangan bahwa guru BK di SMA Negeri 1 Bangunrejo memiliki jenis-jenis program. Program tersebut dijalankan dengan partisipasi antara guru BK dan siswa yang dibantu oleh warga sekolah. Program-program tersebut akan dijadikan pedoman dalam menangani masalah yang dihadapi oleh siswa.

B. Tahap Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling

Program bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah kepada siswa dimaksudkan untuk mereduksi perilaku merokok yang siswa lakukan di sekolah. Pemberian program bimbingan dan konseling dilakukan karena memang program dari guru BK dan ketika siswa masuk ke ruang BK karena pelanggaran merokok

yang dilakukan siswa itu sendiri. Subjek dari pelaksanaan bimbingan dan konseling yakni guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah. Objek pelaksanaan bimbingan dan konseling yakni siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

Pada tahap pelaksanaan banyak yang dapat dibahas diantaranya yaitu materi yang diberikan guru BK dan metode yang digunakan dalam proses bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Dalam pelaksanaannya bimbingan yang diberikan oleh guru BK kepada siswa, materi yang disampaikan adalah tentang merokok, guru BK menjelaskan bahaya-bahaya yang diakibatkan karena merokok. Selain itu guru BK melakukan kerjasama penyuluhan dengan Puskesmas dan Kapolsek Bangunrejo dengan materi tentang zat-zat adiktif. Dalam proses pelaksanaannya guru BK mengarahkan, membimbing siswa agar terhindar dari rokok dan mengurangi kebiasaan merokok dengan pemberian wawasan yang berkenaan dengan bahaya rokok.

Dalam memudahkan proses penyampaian materi bimbingan dan konseling diperlukan metode sebagai pendukung proses terlaksanakannya bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Metode yang digunakan oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah adalah metode diskusi dan tanya jawab serta metode konseling kelompok. Dengan metode diskusi dan tanya jawab guru BK akan memperoleh data mengenai diri siswa, kemudian menggali permasalahan yang dialami oleh

siswa, dalam hal ini guru BK juga memberikan arahan serta bimbingan kepada siswa agar dapat mengurangi perilaku merokok di sekolah. Selain itu guru BK juga memberikan solusi kepada siswa agar siswa dapat mengurangi perilaku merokok di area sekolah. Dengan menggunakan metode diskusi dan tanya jawab artinya guru BK berinteraksi langsung dengan siswa yang sedang diberikan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok. Metode yang lain yaitu metode konseling kelompok, dengan metode ini guru BK mengumpulkan siswa yang akan diberikan bimbingan dan konseling. Dalam proses konseling kelompok bersifat mencegah dan juga bersifat penyembuhan, maksudnya guru BK memberikan bantuan kepada siswa untuk dapat mencegah dan mengurangi perilaku merokok di sekolah dan dapat mengurangi kebiasaan buruk siswa agar tidak merokok lagi di area sekolah.

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, yang sudah dijelaskan pada Bab II bahwa dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling terdapat proses yang dilakukan melalui tahap-tahap, yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir konseling. Melalui tahap itulah guru BK akan mencapai tujuan yang sebelumnya telah dibuat yaitu mereduksi perilaku merokok siswa.

Hal tersebut juga dibuktikan dengan penemuan yang penulis dapatkan ketika guru BK melaksanakan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa, pada tahap awal guru BK akan bertanya jawab dengan siswa mengenai pelanggaran yang dilakukan siswa yaitu merokok.

Kemudian guru BK akan mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh siswa tersebut. Pada proses selanjutnya guru BK mengeksplorasi masalah yang dihadapi siswa tentang merokok dan akan memberikan bimbingan serta arahan kepada siswa tentang bahaya dan dampak negatif dari merokok. Guru BK juga memberikan program bimbingan dan konseling untuk mereduksi siswa yang merokok. Dari pemberian program yang diberikan guru BK kepada siswa akan membuat siswa dapat merubah perilakunya kearah yang lebih positif yaitu mengurangi perilaku merokoknya di sekolah maupun lingkungan sekolah.

Fakta dari teori yang ada di Bab II menjelaskan bahwa faktor penyebab perilaku merokok adalah pengaruh teman. Teman sangat mempengaruhi siswa merokok diarea sekolah. Hal ini diperkuat dengan pernyataan salah satu siswa Stevanus Aditya Aji Pangestu yang menyatakan bahwa dia merokok karena pengaruh dari teman-temannya. Dalam hal ini pengaruh teman sangat besar yang mengakibatkan individu bertindak kearah yang buruk.

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, guru BK memiliki beberapa program yang dibuat untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Program-program tersebut adalah sebagai berikut.

1. Pemanggilan siswa keruang BK.

Dengan program ini siswa yang ketahuan merokok akan dipanggil keruang BK kemudian akan diberikan arahan, bimbingan oleh guru BK dan diberikan poin pelanggaran yang tertera dalam buku kendali siswa.

2. Pemberian hukuman tindak lanjut.

Dengan program ini siswa yang telah menerima peringatan tetapi masih melakukan pelanggaran yang sama yaitu merokok diarea sekolah, maka akan diberikan hukuman dan membuat surat perjanjian untuk dapatv menjadi efek jera agar siswa tidak melakukan hal yang sama.

3. Pemberian skorsing.

Skorsing dimaksudkan untuk efek jera kepada siswa, skorsing dilakukan kepada siswa apabila siswa masih melakukan pelanggaran yang sama yaitu merokok. Skorsing merupakan tindak lanjut dari hukuman lebih tegas yang diberikan oleh guru BK kepada siswa agar siswa dapat merubah perilaku buruknya. Sampai pada akhir skorsing yang sangat tegas yaitu siswa akan dikembalikan kepada orang tua.

4. Pemberian penyuluhan dan pembinaan.

Pemberian penyuluhan dimaksudkan untuk memberikan wawasan dan pengetahuan kepada siswa tentang merokok. Hal ini akan membuat siswa lebih mengetahui bahaya-bahaya dari merokok. Penyuluhan dilakukan bekerjasama dengan Puskesmas dan Kapolsek Bangunrejo.

5. Membuat catatan khusus bagi siswa yang merokok.

Siswa diberikan pekerjaan rumah berupa membuat catatan khusus tentang berapa kali merokok dalam sehari semalam. Hal ini dimaksudkan agar siswa dapat mengurangi perilaku merokoknya. Catatan tersebut

kemudian dikumpulkan kepada guru BK untuk dilakukan proses pembinaan agar siswa dapat mengurangi perilaku merokok di sekolah.

Program-program tersebut di atas juga diperkuat dengan pernyataan dari ketiga guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung tengah bahwa dalam melaksanakan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa, guru BK memiliki program yang telah dibuat yang disepakati dan didukung oleh Kepala SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

Dari semua uraian tentang proses pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di atas, maka peneliti berkesimpulan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling sudah berjalan baik dan sesuai dengan tujuan yang dicapai. Hal ini ditandai dengan perubahan perilaku siswa kearah yang lebih baik, yaitu siswa mengurangi perilaku merokoknya diarea sekolah maupun di lingkungan sekolah.

Bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok sangat penting diberikan kepada siswa karena bisa dijadikan arahan siswa agar dapat mengurangi perilaku merokok bahkan dapat terhindar dari bahaya merokok. Dalam pemberian bimbingan dan konseling ini sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling yaitu fungsi pencegahan (*preventif*) yaitu membantu individu mencegah bahaya yang timbul akibat merokok. Selain itu juga terdapat fungsi bimbingan dan konseling yaitu fungsi perbaikan, maksudnya permasalahan yang dihadapi siswa akan teratasi melalui program bimbingan dan konseling yang telah diberikan oleh guru BK.

Program bimbingan dan konseling sudah berjalan dengan baik, hal ini dibuktikan dengan hasil observasi dan wawancara peneliti kepada siswa yang telah diberikan bimbingan dan konseling oleh guru BK. Dari hasil program bimbingan dan konseling bahwa siswa telah mengurangi perilaku merokok di sekolah. Selain itu siswa juga mengetahui dan memahami tentang bahaya yang disebabkan karena merokok.

Dengan adanya program bimbingan dan konseling yang dibuat oleh guru BK sangat membantu siswa untuk mengurangi perilaku merokok di sekolah karena dampak yang ditimbulkan sangat bahaya bagi diri siswa itu sendiri maupun lingkungan sekitar.

Setelah dilakukan program bimbingan dan konseling oleh guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah bahwa siswa lebih mengetahui bahaya yang ditimbulkan dari merokok, mendapatkan wawasan dan pengetahuan tentang merokok dan siswa akan mengurangi perilaku merokoknya tersebut. Hal ini sangat bermanfaat bagi siswa karena akan terhindar dari penyakit akibat rokok dan kesehatan siswa akan terjaga.

Kurangnya pengetahuan siswa tentang bahaya merokok akan berakibat buruk bagi diri siswa maupun lingkungan sekitar. Karena dalam rokok terdapat zat yang mengakibatkan kecanduan, kemudian berakibat penyakit seperti jantung coroner, stroke, dan kanker. Asap rokok juga sangat berbahaya bagi lingkungan sekitar maupun orang-orang sekitar karena mengandung bahan kimia beracun yang mengakibatkan kanker. Melalui program

bimbingan dan konseling yang diberikan guru BK akan mengurangi dampak-dampak yang berbahaya bagi siswa sehingga siswa akan terhindar dari berbagai penyakit akibat rokok.

Keberhasilan yang telah dicapai oleh program ini adalah adanya perubahan kearah yang lebih baik oleh siswa. Perubahan kearah yang lebih baik yaitu siswa mulai mengurangi perilaku merokoknya di sekolah. Karena perilaku merokok yang dilakukan siswa di sekolah kebanyakan akibat pengaruh dari teman pergaulan. Perubahan kearah yang lebih baik yaitu siswa mengurangi perilaku merokok di sekolah yang menjadi tolak ukur keberhasilan program ini.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penulis tentang program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah, maka yang dapat penulis simpulkan diantaranya:

Pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah dilaksanakan melalui dua tahap yaitu:

1. Tahap pra pelaksanaan/tahap perencanaan. Pada tahap pra pelaksanaan guru BK telah menentukan tujuan dan manfaat dilakukannya bimbingan dan konseling serta telah membuat program-program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa. Selain itu pada tahap pra pelaksanaan ini guru BK telah menyusun strategi-strategi yang berguna untuk mengurangi perilaku merokok siswa. Sedangkan pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah diselenggarakan dengan cukup baik dan efektif.

2. Pada tahap pelaksanaan guru BK memberikan materi yang berkaitan tentang merokok untuk memberikan arahan dan wawasan kepada siswa. Untuk memudahkan penyampaian materi tersebut, guru BK menggunakan metode diskusi dan tanya jawab serta metode konseling kelompok. Program-program yang diberikan guru BK yaitu sebagai berikut.

- a. Pemanggilan siswa keruang BK
- b. Pemberian hukuman tindak lanjut
- c. Pemberian skorsing
- d. Pemberian penyuluhan dan pembinaan
- e. Membuat catatan khusus bagi siswa yang merokok

Program-program tersebut telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Hasil program yang dicapai yaitu siswa mengetahui serta memahami bahaya dari merokok dan berkurangnya perilaku merokok siswa diarea sekolah. Hal ini ditandai dengan perubahan perilaku siswa kearah yang lebih baik, yaitu mengurangi perilaku merokoknya diarea sekolah maupun di lingkungan sekolah.

B. Saran

Sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan, sesuai harapan peneliti agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, maka peneliti ingin menyampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Pihak sekolah dan guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah hendaknya lebih tegas dalam memberikan hukuman kepada siswa yang merokok sebagai efek jera.
2. Siswa hendaknya lebih menambah wawasan tentang merokok dan bahaya-bahaya yang disebabkan karena rokok karena sangat berbahaya bagi kesehatan. Hal ini agar siswa terhindar dari penyakit yang disebabkan karena rokok.
3. Orang tua hendaknya lebih memperhatikan pergaulan anak di lingkungan luar dan lebih tegas dalam mengawasi perilaku anak.



DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an dan Terjemahnya.

Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: PT Refika Aditama, 2010.

Ambarwati, "Media Leaflet, Video dan Pengetahuan Siswa SD Tentang Bahaya Merokok," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 10 No.1 (2014).

Ari Tris Ochtia Sari, Neila Ramdhani, dan Mira Eliza, "Empati dan Perilaku Merokok Di Tempat Umum," *Jurnal Psikologi*, No.2 (2003).

Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2000.

Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002.

Dewa Ketut Sukardi dan Desak P. E. Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta Selatan: Ciputat Pers, 2002.

IAIN Raden Intan, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa*, IAIN Raden Intan Lampung, 2013.

John W. Santrock, *Remaja*, Jakarta: Erlangga, 2007.

Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka, ed. 3, cet. 4, 2007.

Kartini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, Bandung: Masdar Maju, 1996.

Muh. Rafiq Salasa, Totok Rochana, dan Moh. Yasir Alimi, "Fenomena Siswa Perokok," *Journal of Education, Society and Culture*, Vol. 2 No.1 (2013).

Muhammad Widiensyah, "Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Remaja Perokok di Desa Sidorejo Kabupaten Penajam Paser Utara," *eJournal Sosiologi*, Vol. 2 No.4 (2014).

- Muslimin, “Faktor-Faktor Penyebab Prilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri Kecamatan Babat,” *Jurnal BK UNESA*, Vol. 1 No.2.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2014.
- Sabil Risaldy dan Meity H. Idris, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta Timur: PT Luxima Metro Indonesia, 2015.
- Samrotul Fikriyah dan Yoyok Febrijanto, “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-Laki DI Asrama Putra,” *Jurnal STIKES*, Vol. 5 No.1 (2012).
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2013.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sugiyono, *Manajemen Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, Semarang: Widya Karya, 2012.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013.
- Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014.
- W. Gulo, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: PT Grasindo, 2010.

Zainal Aqib, *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Bandung: Yrama Widya, 2012.

Perencanaan Program” (On-line), tersedia di: <http://slideplayer.info/slide/3116150/> (13 Januari 2017).



DAFTAR SAMPEL

No	Nama Sampel	Keterangan
1	Subandi, S.Pd	Guru BK
2	Mariska Monica Sidabutar, S.Pd	Guru BK
3	Fatonah, S.pd	Guru BK
4	Krisdiyanto	Siswa
5	Irfan Indra Hakim	Siswa
6	Luxman Fatoni	Siswa
7	Muhlis Nurrohman	Siswa
8	Yuda Eriyanto	Siswa
9	Junaidiyansyah	Siswa
10	Stevanus Aditya Aji Pangestu	Siswa
11	Ilham Fahrudim Yahya	Siswa



FOTO-FOTO PENELITIAN

A. Foto dengan Guru BK



Penulis bersama guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah



Wawancara penulis dengan guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah



Wawancara penulis dengan guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

B. Foto dengan Siswa



Wawancara penulis bersama siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah



Wawancara penulis bersama siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah



Wawancara penulis bersama siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

B. Pedoman Interview dengan Siswa

1. Sejak kapan anda merokok?
2. Apa yang membuat anda menjadi perokok?
3. Perasaan apa yang anda rasakan ketika merokok?
4. Bagaimana respon atau reaksi guru atau orang tua ketika melihat anda merokok?
5. Bagaimana respon lingkungan sekitar anda ketika anda merokok?
6. Apakah faktor utama yang menyebabkan anda merokok?
7. Apakah anda sudah pernah masuk BK karena ketahuan merokok?
8. Apakah anda tahu tentang bahaya merokok?
9. Apakah sudah ada upaya untuk berhenti?
10. Tindakan apa yang dilakukan guru untuk menangani siswa yang merokok?
11. Apakah sudah ada niatan dalam diri anda untuk mengurangi bahkan berhenti merokok?

C. Pedoman Observasi

1. Mengamati proses bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru BK terhadap siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah
2. Mengamati kondisi SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah
3. Mengamati rutinitas kegiatan siswa SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah

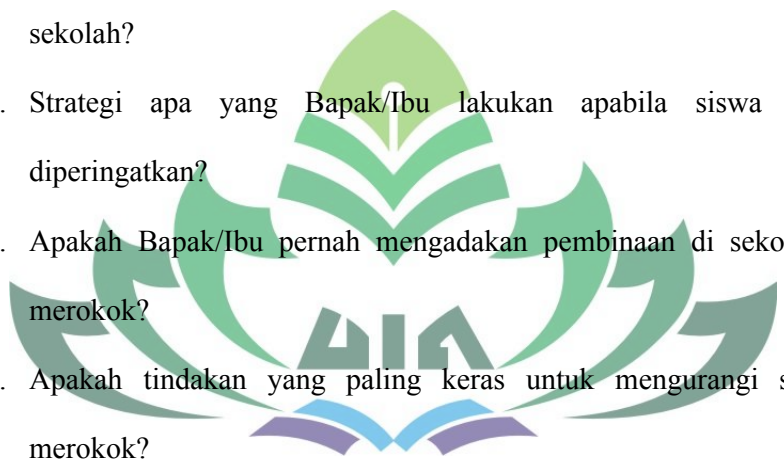
D. Pedoman Dokumentasi

1. Mencari sejarah SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah
2. Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah
3. Foto-foto kegiatan yang dilaksanakan



PEDOMAN PENGUMPULAN DATA

A. Pedoman Interview Dengan Guru

1. Bagaimanakah program bimbingan untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah?
 2. Bagaimanakah program konseling untuk mereduksi perilaku merokok siswa di sekolah?
 3. Apa tindakan Bapak/Ibu lakukan ketika melihat siswa yang merokok di sekolah?
 4. Strategi apa yang Bapak/Ibu lakukan apabila siswa tidak bisa diperingatkan?
 5. Apakah Bapak/Ibu pernah mengadakan pembinaan di sekolah tentang merokok?
 6. Apakah tindakan yang paling keras untuk mengurangi siswa yang merokok?
- 

**Data Jumlah Siswa Kasus Merokok 3 Tahun Terakhir di SMA Negeri 1
Bangunrejo Lampung Tengah**

No	Tahun	Kelas			Jumlah
		X	XI	XII	
1	2015	10	10	11	31
2	2016	7	12	8	27
3	2017	5	8	3	16
Jumlah		22	30	22	74

Sumber: Dokumen Buku Kasus Guru BK SMA Negeri 1 Bangunrejo Lampung Tengah.

